೩೦

ಪ್ರಚಾರ ಪುಸ್ತಕ ಮಾಲೆ

ಸ್ತ್ರೀಯರ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾಯಿಲೆಗಳು

ಡಾ॥ ಕೆ.ವಿ. ಲಕ್ಷ್ಮೀದೇವಿ



ಪ್ರಚಾರ ಪುಸ್ತಕ ಮಾಲೆ-೩೨೦

ಸ್ತ್ರೀಯರ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾಯಿಲೆಗಳು

ಡಾ. ಕೆ.ವಿ. ಲಕ್ಷ್ಮೀದೇವಿ



೨೦೦೯

ಮೊದಲನೆಯ ಮುದ್ರಣ : ೨೦೦೯

೫೦೦೦ ಪ್ರತಿಗಳು

ಬೆಲೆ : ರೂ. ೫.೦೦

ಪ್ರಕಾಶಕರು

ನಿರ್ದೇಶಕರು, ಪ್ರಸಾರಾಂಗ, ಮಾನಸಗಂಗೋತ್ರಿ, ಮೈಸೂರು – ೬

ಮುದ್ರಕರು

ನೆನಪು ಪ್ರಿಂಟರ್ಸ್, ಶಿವಾಜಿ ರಸ್ತೆ, ಎನ್.ಆರ್. ಮೊಹಲ್ಲಾ, ಮೈಸೂರು

ಮುನ್ನುಡಿ

"ಕಾರಣಾಂತರಗಳಿಂದ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಅಶಕ್ತರಾದ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯೆಯ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಕೊಡಲು ನಮ್ಮ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯ ಶ್ರಮಿಸಬೇಕು. ಈ ಕಾರ್ಯ ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಪ್ರಕಟಣೆಯ ಮೂಲಕ ನಡೆಯಬೇಕಾಗಿದೆ. ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾದ ಈ ಮಹತ್ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯ ಕಾರ್ಯರೂಪಕ್ಕೆ ತರುವುದೆಂದು ನಂಬಿದ್ದೇನೆ" ಮೈಸೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯ ಸ್ಥಾಪಕರೂ ಮೊದಲ ಕುಲಾಧಿಪತಿಗಳೂ, ರಾಜರ್ಷಿ ಎಂದೇ ಖ್ಯಾತನಾಮರಾದ ಶ್ರೀ ನಾಲ್ವಡಿ ಕೃಷ್ಣರಾಜ ಒಡೆಯರ್ ಬಹದ್ದೂರ್ ಅವರು ಮೈಸೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಮೊದಲನೆಯ ಸೆನೆಟ್ ಸಭೆಯ ಪ್ರಾರಂಭೋತ್ಸವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಡಿದ ಮಾತುಗಳಿವು. ಈ ಮಾತುಗಳು ಇಂದಿಗೂ ಸಮಯೋಚಿತ ಹಾಗೂ ನೆನಪಾರ್ಹ.

೧೯೩೩ರಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾದ ಅಧ್ಯಾಪಕರ ಸಂಘ ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಆಶ್ರಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿತು. ಈ ಜ್ಞಾನಪ್ರಸಾರ ಪ್ರಯೋಗದ ಖ್ಯಾತಿ ವಿದೇಶಗಳಿಗೂ ಹಬ್ಬಿ, 'ಮೈಸೂರಿನ ಪ್ರಯೋಗ' ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಪ್ರಖ್ಯಾತವಾಯಿತು. "ನಹಿ ಜ್ಞಾನೇನ ಸದೃಶಂ" ಎಂಬ ಮೈಸೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಆದರ್ಶವನ್ನು ಕಾರ್ಯರೂಪಕ್ಕೆ ತರುವ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸ ಮಾಲೆಯೂ ಒಂದು. ಇಂತಹ ಮೌಲಿಕ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಕೇಳಲು ಅವಕಾಶ ಸಿಕ್ಕದವರು ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಪಡೆಯಲು ಅನುವಾಗುವಂತೆ ಪ್ರಚಾರ ಪುಸ್ತಕಮಾಲೆ ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಬಂದು, ಅವು ಹೆಚ್ಚು ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿವೆ.

ನಮ್ಮ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಪ್ರಸಾರಾಂಗ ನಾಡಿನ ಮೂಲೆಮೂಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿ

ಸಾಹಿತ್ಯ, ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಪ್ರಸಾರ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಸಮರ್ಪಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನೆರವೇರಿಸುತ್ತಾ ಬಂದಿದೆ. ಜನರು ಬಯಸಿದೆಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಜ್ಞಾನಸಾಗರ ವಾಗಿರುವ ಮೈಸೂರಿನ ಹಲವಾರು ವಿದ್ವಾಂಸರಿಂದ ಹಾಗೂ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಬೋಧನೆ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ನಿರತರಾದ ತಜ್ಞ ವಿದ್ವಾಂಸರಿಂದ ಶ್ರೀಸಾಮಾನ್ಯರು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಸರಳವೂ ಸುಲಭ ಗ್ರಾಹ್ಯವೂ ಆದ ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಮೂಲಕ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಕೊಡುತ್ತಿರುವುದು ಶ್ಲಾಘನೀಯ. ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹಂಚುವುದರಲ್ಲೂ ಆನಂದವಿದೆ. ಆದರವಿದೆ. ಈ ಜ್ಞಾನಪ್ರಕಾಶನ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿನ ಭೇದ-ಭಾವವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿ ಸಮಾನತೆ ಯನ್ನು ಅಂಕುರಿಸಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ. ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾ ನಿಲಯಕ್ಕೂ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನತೆಗೂ ಮಧ್ಯೆ ಇರುವ ಅಂತರವನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ. ಜನರಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನೋದಯವನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಮೂಲಕಾರಣವಾದ ಅಸಮಾನತೆ ಹಾಗೂ ಇನ್ನಿತರ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿ ವಿಶಾಲ ಭಾವನೆ ಹಾಗೂ ಜ್ಞಾನಶೀಲತೆ ಮೂಡುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಚಾರ ಪುಸ್ತಕ ಮಾಲೆ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ಭೌತವಿಜ್ಞಾನ, ರಸಾಯನವಿಜ್ಞಾನ, ಪ್ರಾಣಿವಿಜ್ಞಾನ, ವೈದ್ಯವಿಜ್ಞಾನ, ಸಮಾಜವಿಜ್ಞಾನ, ಅರ್ಥಶಾಸ್ತ್ರ, ಸಾಹಿತ್ಯ ಮತ್ತು ಕಲೆ ಮುಂತಾದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕುರಿತಂತೆ ಉಪಯುಕ್ತ ಪುಸ್ತಿಕೆಗಳು ಪ್ರಕಟವಾಗಿವೆ. ಇವು ಸಮಸ್ತ ಕನ್ನಡ ಓದುಗರ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನಾಸಕ್ತರ ಮೆಚ್ಚುಗೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರಶಂಸೆಗೆ ಪಾತ್ರವಾಗಲೆಂದು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಆಶಿಸುತ್ತೇನೆ.

೧೫ ಜುಲೈ ೨೦೦೯ — ವಿ.ಜಿ. ತಳವಾರ್

ಕುಲಪತಿ

ಪ್ರಥಿತನ ಉಲಿ

ಜ್ಞಾನಪ್ರಸಾರದ ಸದುದ್ದೇಶದಿ ೨೨ ಮೇ, ೧೯೩೩ರಲ್ಲೇ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾದ ಪ್ರಸಾರಾಂಗ, ಮೈಸೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಉತ್ತುಂಗ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು. ಕನ್ನಡನಾಡಿನ ಅಕ್ಷರ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಭವ್ಯ ತಾಣ. ಅಂತೆಯೇ ಸಾವಿರಾರು ಮಹತ್ವದ ಕನ್ನಡ ಹೊತ್ತಗೆಗಳ ಪ್ರಕಟಣಾ ನೆಲೆ. ಇದು ಜ್ಞಾನಸಾಧನೆ, ಜ್ಞಾನಾರ್ಜನೆ, ಜ್ಞಾನಶೋಧ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನಪ್ರಸಾರಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ಎಲ್ಲಾ ಜ್ಞಾನ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಉಪನ್ಯಾಸ, ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸ, ಕಿರು ಪುಸ್ತಿಕಾ ಪ್ರಕಟಣೆ, ದತ್ತಿ ಉಪನ್ಯಾಸ, ವಿಶೇಷೋಪನ್ಯಾಸ, ಇತರ ದೇಶೀ ಜ್ಞಾನ ಸಂಪಾದನಾ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಉದ್ಗ್ರಂಥಗಳ ಸಾರ್ಥಕ ಪ್ರಕಟಣೆ ಮೂಲಕ ದೇಶ ವಿದೇಶಗಳ ಉದ್ದಗಲಕ್ಕೂ ಯಶೋ ಕೀರ್ತಿಯನ್ನು ಪಸರಿಸಿ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಜ್ಞಾನಪ್ರಸಾರಾಂಗ ಖ್ಯಾತಿಗೆ ಪಾತ್ರವಾಗಿದೆ.

ಶ್ರೀಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯೆಯ ಪರಿಚಯ ಆಗಬೇಕೆಂಬುದೇ ಪ್ರಸಾರಾಂಗದ ಆಂತರ್ಯದ ಆಶಯ. ಅಧ್ಯಾಪಕರ ಸಂಘ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಉತ್ತಮ ಪ್ರಯೋಗವೆಂಬ ಖ್ಯಾತಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿದೆ. ಪ್ರಚಾರ ಪುಸ್ತಕ ಮಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಇದುವರೆಗೂ ಪ್ರಕಟವಾಗಿರುವ ನೂರಾರು ಪುಸ್ತಕಗಳಿಂದ ಶ್ರೀಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಜ್ಞಾನದ ಬಹುಮುಖತ್ವವನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿದಂತಾಗಿದೆ. ಈ ಮಹತ್ಕಾರ್ಯದಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಜ್ಞಾನವಾಹಿನಿ ನಾಡಿನ ಮೂಲೆಮೂಲೆಗೆಲ್ಲಾ ಹರಿದು ಸಮಷ್ಟೀ ಪ್ರಜ್ಞೆ ವಿಕಾಸಗೊಳ್ಳಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೇ ನಾಡಿನ ಜನತೆ ಜ್ಞಾನವಂತರಾಗಿ ಸತ್ಪ್ರಜೆಗಳಾಗುವರು. ಕಿರುಪುಸ್ತಿಕೆಗಳ ಮೂಲಕ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನತೆಯ ಅಪೇಕ್ಷಿತ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಹಿತಮಿತವಾಗಿ ತಲುಪಿಸುವ ಕೈಂಕರ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ತ ವಿದ್ವಾಂಸ ಮಹನೀಯರು

ನಿರತರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರಚಾರ ಪುಸ್ತಕಮಾಲೆಯ ಚಾರಿತ್ರಿಕ ನಡೆಗೆ ಪ್ರಶಂಸಾರ್ಹ. ಈ ಮಹತ್ವದ ಕಲಾಪದಲ್ಲಿ ನಾಡಿನ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸಾಹಿತಿ, ಸಂಶೋಧಕ, ವಿಜ್ಞಾನಿ ಮತ್ತು ಚಿಂತಕರು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಇದರ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವನ್ನು ಮನಗಂಡ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಕುಲಪತಿಗಳು ಹಾಗೂ ಅಧಿಕಾರವರ್ಗದವರು ಪ್ರಚಾರ ಪುಸ್ತಕಮಾಲೆಯನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತದಲ್ಲಿ ಸಶಕ್ತತೆಯಿಂದ ಮುಂದುವರೆಯಲು ಕಾರಣೀಭೂತರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಸುವರ್ಣ ಕರ್ನಾಟಕದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸುವರ್ಣ ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸ ಮಾಲೆಯ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಐವತ್ತು ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ವಿದ್ವಾಂಸರಿಂದ ಆಯೋಜಿಸಲು ಉದಾರತೆಯಿಂದ ಸಹಕರಿಸಿದ ಸನ್ಮಾನ್ಯ ಕುಲಪತಿಗಳಾಗಿದ್ದ ಪ್ರೊ. ಜೆ. ಶಶಿಧರ ಪ್ರಸಾದ್ ಅವರಿಗೂ ಪ್ರಸಾರಾಂಗದ ನಿರ್ದೇಶಕರಾಗಿದ್ದ ಪ್ರೊ. ಆರ್ವಿಯಸ್ ಸುಂದರಂ ಅವರ ಸಂಕಲ್ಪ ಸಿದ್ಧಿಗೂ ಧನ್ಯವಾದ ಪೂರ್ವಕ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. ಐವತ್ತು ಸುವರ್ಣ ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಇಪ್ಪತ್ತನಾಲ್ಕು ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು ಪುಸ್ತಿಕೆ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಿದ್ದು, ಪ್ರಸ್ತುತ ಇಪ್ಪತ್ತಾರು ಪುಸ್ತಿಕೆಗಳು ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳಲಿವೆ. ಇದರ ಪ್ರಕಟಣೆಗೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ, ಬೆಂಬಲ, ಸಹಕಾರ ಹಾಗೂ ಸಹಾಯದ ನೆರವನ್ನು ಮುಕ್ತ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ನೀಡಿದ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಸನ್ಮಾನ್ಯ ಕುಲಪತಿಗಳಾದ ಪ್ರೊ. ವಿ.ಜಿ. ತಳವಾರ್ ಅವರಿಗೆ ಗೌರವಪೂರ್ವಕ ಧನ್ಯತಾ ವಂದನೆಗಳು. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ನೆರವಾಗಿ ಸದರೀ ಪುಸ್ತಿಕೆಯನ್ನು ಬರೆದುಕೊಟ್ಟ, ಡಾ. ಕೆ.ವಿ. ಲಕ್ಷ್ಮೀದೇವಿ ಅವರಿಗೆ ವಿಶ್ವಾಸ ಪೂರ್ವಕ ವಂದನೆಗಳು.

ಸುವರ್ಣ ಕರ್ನಾಟಕದ ಸುವರ್ಣ ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸ ಮಾಲೆಯಡಿಯ ಕಿರುಪುಸ್ತಿಕೆಗಳ ಉಪನ್ಯಾಸ ಹಾಗೂ ಮುದ್ರಣಕ್ಕೆ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ-ಪರೋಕ್ಷ ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಕರಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ಹಿರಿಯ-ಕಿರಿಯ ವಿದ್ವಾಂಸ ಆತ್ಮೀಯರೆಲ್ಲರಿಗೂ ಅನಂತಾನಂತ ವಂದನೆಗಳು. ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಸಮಸ್ತ ಅಧಿಕಾರಿವರ್ಗದವರಿಗೂ ಹುತ್ಪೂರ್ವಕ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

೧೫ ಜುಲೈ, ೨೦೦೯

ಸಿ. ಎಸ್. ರಾಮಚಂದ್ರ
ನಿರ್ದೇಶಕ, ಪ್ರಸಾರಾಂಗ

ಸ್ತ್ರೀಯರ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾಯಿಲೆಗಳು

"ಹೆಣ್ಣು ಸಂಸಾರದ ಕಣ್ಣು", "ಒಲಿದರೆ ನಾರಿ-ಮುನಿದರೆ ಮಾರಿ"," ಹೆಣ್ಣು ಕುಟುಂಬದ ಕಣ್ಣು " -ಹೀಗೆ ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು ಹೆಣ್ಣಿನ ಹಿರಿಮೆಯನ್ನು ಅನೇಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಇದನ್ನೇ ಹೇಳುವುದಾದರೆ " ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಹೆಣ್ಣು-ಕುಟುಂಬದ ಕಣ್ಣು". ಇದು ಸತ್ಯಕ್ಕೆ ಅತಿ ಹತ್ತಿರವಾದ ಮಾತು. ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಸ್ತ್ರೀ ಕೇವಲ ಕುಟುಂಬ ಅಥವಾ ಸಮಾಜಕ್ಕಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಇಡೀದೇಶದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೇ ಬುನಾದಿಯಾಗಿದ್ದಾಳೆ. ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಹೆಣ್ಣಿನ ಸ್ಥಾನಮಾನಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದಾಗ, ಹೆಣ್ಣು ಪುರುಷನಿಗೆ ಸರಿಸಮಾನವಾಗಿ ದುಡಿಯಬಲ್ಲೆನೆಂದು ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ತೋರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ಅನೇಕ ವೇಳೆ ಗಂಡಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ದುಡಿಮೆಯ ಸಮಯವನ್ನು ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಒದಗಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ಸರ್ಕಾರ ಕೂಡ ಹೆಣ್ಣಿನ ಆರೋಗ್ಯದ ಹಿತರಕ್ಷಣೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡಿವೆ. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಸ್ತ್ರೀ ಆರೋಗ್ಯ ದೇಶದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಪಡೆದಿದೆ. ಹೆಣ್ಣಿಗೆ ಹೆಣ್ಣಾಗಿ ಗಂಡಿಗೆ ಸರಿಸಮನಾಗಿ ದುಡಿಯುವ ಹೆಣ್ಣಿನ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ ಅತಿಮುಖ್ಯ.

ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ, ಸ್ತ್ರೀರೋಗಗಳನ್ನು ಸಮಗ್ರವಾಗಿ ಗುರುತಿಸುವ, ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅರಿವನ್ನು ಮೂಡಿಸುವ ಹಾಗೂ

ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಯ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಪಡಿಸುವುದು ಅತ್ಯವಶ್ಯಕ. ಹೀಗಾಗಿ ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮತ್ತು ಸೂಕ್ತ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡುವುದೇ ಈ ಲೇಖನದ ಉದ್ದೇಶ.

ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗಗಳನ್ನು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಎರಡು ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು.

- ಗರ್ಭಧಾರಣೆ, ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆ, ಪ್ರಸವ ಮತ್ತು ಪ್ರಸವಾನಂತರದ ರೋಗಗಳು (ಪ್ರಸವ/ಪ್ರಸೂತಿ ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ವಿವರವಾಗಿ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಲ್ಪಡುವ ರೋಗಗಳು)
- ಸಾಮಾನ್ಯ ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗಗಳು.

ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗಗಳನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೆಣ್ಣು ಹರಯಕ್ಕೆ ಕಾಲಿಟ್ಟ ದಿನದಿಂದ ಅವಳ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದವರೆಗೆ ಅನೇಕ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಒಟ್ಟಾರೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗಗಳನ್ನು ಈ ಕೆಳಕಂಡಂತೆ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು:

೧. ಹದಿಹರಯದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗಗಳು.

೨. ಜನನಾಂಗ ಮಾರ್ಗದ ಸೋಂಕು ರೋಗಗಳು.

೩. ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದ ರೋಗಗಳು.

೪. ಋತುಚಕ್ರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ರೋಗಗಳು.

ರೋಗಮುಕ್ತ ನಾರಿ-ನೆಮ್ಮದಿಗೆ ದಾರಿ

೫. ಜನನಾಂಗದ ಅರ್ಬುದ ರೋಗಗಳು.

೬. ಜನನಾಂಗದ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು.

೭. ಸ್ತನಗಳ ರೋಗಗಳು.

೮. ವೃದ್ಧಾಪ್ಯಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಾದ ರೋಗಗಳು.

೧. ಹದಿಹರೆಯದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗಗಳು

ಹದಿಹರೆಯ ಅಥವಾ ಯೌವ್ವನಾವಸ್ಥೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಜೀವನದಲ್ಲೂ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ತಿರುವು ಮತ್ತು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಡುವ ಒಂದು ಹಂತವಾಗಿದೆ. ಯುವಜನತೆ ದೇಶದ ಮಾನವ ಸಂಪನ್ಮೂಲವಾಗಿದ್ದು, ಆರೋಗ್ಯವಂತ, ಬುದ್ಧಿವಂತ ಯುವಜನಾಂಗ ದೇಶದ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಮೂಲವಾಗಬಲ್ಲುದು. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಹದಿಹರೆಯದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಿದ್ದು, ಅವರ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರದ್ದಾಗಿದೆ.

ಯೌವ್ವನಕ್ಕೆ ಕಾಲಿಟ್ಟಾಗ ಹೆಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಅವು ಯಾವುವೆಂದರೆ-

- ದೈಹಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು.
- ಮಾನಸಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು.
- ಭಾವೋದ್ವೇಗಗಳಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳು.
- ಸಾಮಾಜಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು.

● ಈ ಎಲ್ಲ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಗೆ ಮೂಲ ಹೆಣ್ಣಿನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುವ ಹಾರ್ಮೋನುಗಳು. ಇದರ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ಜನನಾಂಗಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಅಂಗಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಮಾನಸಿಕವಾದ ಬದಲಾವಣೆ ಮತ್ತು ಋತುಚಕ್ರದ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

● ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವ ರೋಗಗಳೆಂದರೆ -

- ▸▸ ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯಿಂದುಂಟಾಗುವ ರೋಗಗಳು.
- ▸▸ ಋತುಚಕ್ರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ರೋಗಗಳು.

ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯಿಂದುಂಟಾಗುವ ರೋಗಗಳು

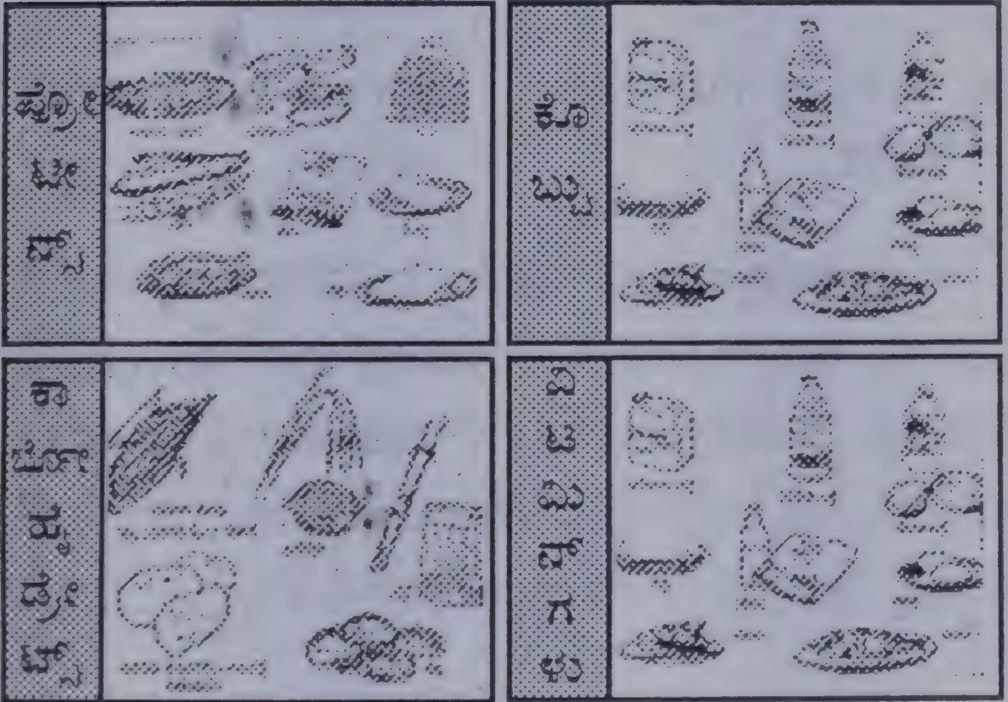
ಯೌವ್ವನಾವಸ್ಥೆಯು ದೈಹಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹಾಗೂ ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯ ಅವಧಿಯಾಗಿದೆ. ದೈಹಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಪೌಷ್ಟಿಕತೆ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶವಾಗಿದ್ದು -ಸರಾಸರಿ 45% ಯುವತಿಯರು ಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯ ಕೊರತೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವುದು ಸಾಬೀತಾಗಿದೆ. ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯನ್ನು ನೀಡುವ ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದು ಬಹು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಪೂರೈಸುವ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರುವ ಆಹಾರಗಳು ಯಾವುವು ಎಂದರೆ -

- ▸▸ ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗೆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೊಡುವ ಶರ್ಕರ ಪಿಷ್ಟ ಪದಾರ್ಥಗಳು (ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್ಸ್)

- ದೇಹದ ಬೆಳೆವಣಿಗೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಸಸಾರಜನಕ ಪದಾರ್ಥಗಳು (ಪ್ರೊಟೀನ್ಸ್)

- ದೇಹಕ್ಕೆ ಶಕ್ತಿದಾಯಕವಾದ ಕೊಬ್ಬಿನ ಅಂಶ (ಕೊಬ್ಬಿನ ಪದಾರ್ಥ).

- ರೋಗ ರುಜಿನಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ, ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡುವ ಅನ್ನಾಂಗಗಳು ಮತ್ತು ಖನಿಜದ ಅಂಶಗಳು ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು.



ಇವೆಲ್ಲವುಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಇಂತಹ ಆಹಾರಗಳ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕೊರತೆಯಾದಾಗ ಬರುವ ರೋಗಗಳು ಹೀಗಿವೆ

- ಅನೀಮಿಯಾ (ರಕ್ತಹೀನತೆ) - ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶದ ಕೊರತೆ.
- 'ಎ'ಅನ್ನಾಂಗದ ಕೊರತೆ - ಚರ್ಮರೋಗ, ಅಂಧತ್ವ.
- 'ಬಿ'ಅನ್ನಾಂಗದ ಕೊರತೆ - ನಿತ್ರಾಣ, ಬಾಯಿಹುಣ್ಣು, ಆಯಾಸ ಇತ್ಯಾದಿ.
- 'ಸಿ'ಅನ್ನಾಂಗದ ಕೊರತೆ - ಒಸಡುಗಳಿಂದ ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ಚರ್ಮರೋಗ.
- ಐಯೋಡಿನ್ ಕೊರತೆ - ಥೈರಾಯಿಡ್ ಗ್ರಂಥಿಗಳ ಕಾಯಿಲೆಗಳು.
- ಜಿಂಕ್, ಫೋಲಿಕ್ ಆಸಿಡ್ ಕೊರತೆ - ನರರೋಗಗಳು, ರಕ್ತಹೀನತೆ ಇತ್ಯಾದಿ.

ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು : ನಿತ್ರಾಣ, ಬೆಳೆವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಕುಂಠಿತ, ತಲೆಸುತ್ತು, ಚರ್ಮರೋಗಗಳು, ತೂಕಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು ಅಥವಾ ಕಡಿಮೆ ಆಗುವಿಕೆ, ಒಸಡಿನ ರೋಗಗಳು, ಬಾಯಿಹುಣ್ಣು, ಮಾನಸಿಕ ತೊಂದರೆ, ಗರ್ಭದಲ್ಲಿನ ಮಗುವಿಗೂ ಇದರ ಪರಿಣಾಮ ಆಗುವುದು. ನಿರಾಸಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ : ಹೆಣ್ಣೆಂಬ ತಾತ್ಸಾರ, ಲಿಂಗಭೇದ, ಪುರುಷ ಪ್ರಾಧಾನ್ಯತೆ, ಹೆಣ್ಣಿನ ಕೆಳ ಸ್ಥಾನಮಾನಗಳು, ಆಚಾರ ಪದ್ಧತಿಗಳು, ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಹೀಗೇ ಇವುಗಳ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ಹೆಣ್ಣಿಗೆ ಹರೆಯದಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಆಹಾರ ದೊರಕದೆ ಹೆಣ್ಣು ಅನೇಕ

ಪೌಷ್ಟಿಕ ಕೊರತೆಯು ರೋಗಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾಗಬಹುದು. ಇದು ಸರ್ವೇಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವ ಸ್ಥಿತಿ.

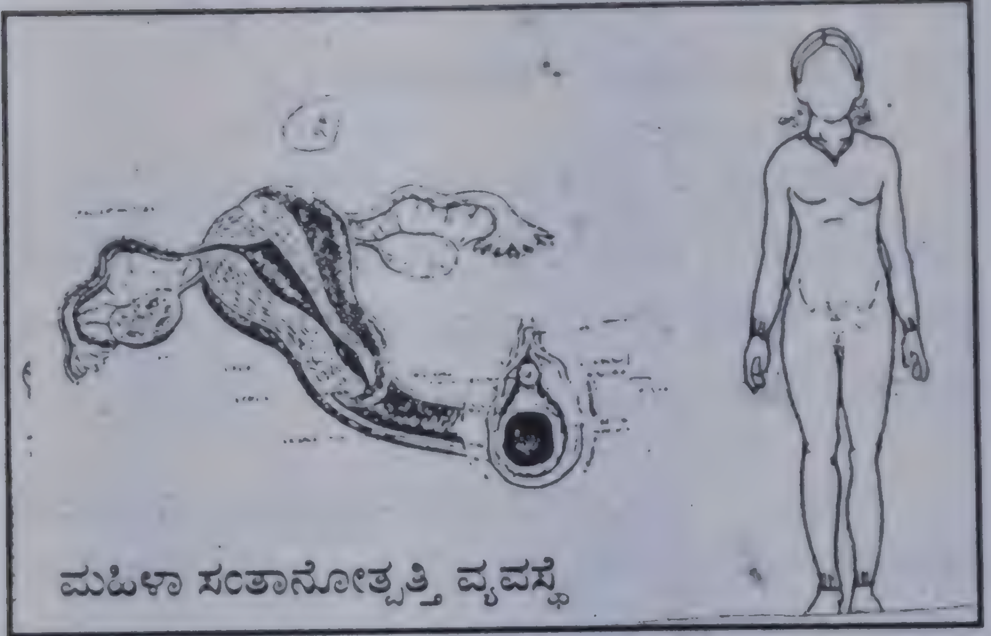
ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕ್ರಮ : ಸ್ತ್ರೀ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ, ಹೆಣ್ಣಿನ ಸ್ಥಾನಮಾನಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು, ಸ್ತ್ರೀ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ, ಸ್ತ್ರೀ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ, ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ಕ್ರಮಗಳಿಂದ ಇದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ : ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಸಂಯೋಜನೆಯೊಂದಿಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಾಗುವ ಕಡಿಮೆಬೆಲೆ ಆಹಾರಗಳೇ ಸಾಕಷ್ಟು ಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ.

೧. ಋತುಚಕ್ರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ರೋಗಗಳು

ಯೌವ್ವನಾವಸ್ಥೆಯ ಪ್ರಾರಂಭದ ಸಂಕೇತವಾದ ಋತುಚಕ್ರ, ಹೆಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಕೃತಿದತ್ತ ಶಾರೀರಿಕ ಕ್ರಿಯೆ. ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ನಿಗದಿತ ಅಂತರದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳೂ ಬರುವ ಋತುಚಕ್ರ ಹೆಣ್ಣಿನ ಸಂಪೂರ್ಣ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಹಾಗೂ ಶಾರೀರಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ನಡೆಯುವುದರ ಸಂಕೇತ. ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾದ ಮುಟ್ಟು ಯುವತಿಯರ ಅಂಡಾಶಯಗಳು ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಅಂಡಾಣು ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

"ಪೌಷ್ಠಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಿ-ಆರೋಗ್ಯವಂತರಾಗಿ ಜೀವಿಸಿ"


ಮಹಿಳಾ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ

ಆದರೆ ಅನೇಕ ಯುವತಿಯರಲ್ಲಿ, ಈ ಋತುಚಕ್ರದ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರಾಗಿ ಹಲವಾರು ತೊಂದರೆಗಳು ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಇಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ನಂಬಿಕೆಗಳು, ಆಚಾರ ವಿಚಾರಗಳು, ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಯುವತಿಯರ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲಕರವಾಗದೇ ಕೆಡಕನ್ನುಂಟುಮಾಡಬಹುದು. ಇದರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಮುಟ್ಟಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಕಷ್ಟಕರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ಅವು ಯಾವುವೆಂದರೆ-

- ನಿಯಮಿತವಲ್ಲದ ರಕ್ತಸ್ರಾವ.
- ಅತಿಯಾದ, ದೀರ್ಘಕಾಲದ ರಕ್ತಸ್ರಾವ.
- ಋತು ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರು.
- ಋತುಚಕ್ರದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕ್ಲಿಷ್ಟಕರ ತೊಂದರೆಗಳು.

ನಿಯಮಿತವಲ್ಲದ ರಕ್ತಸ್ರಾವ : ಋತುಚಕ್ರ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಬರದಿದ್ದಾಗ ಮಾನಸಿಕ ಭಯ ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆಗಳುಂಟಾಗಬಹುದು. ಅನೇಕ ವೇಳೆ ಈ ರೀತಿಯ ಅನಿಯಮಿತ ಋತುಚಕ್ರದಿಂದ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಸಮಸ್ಯೆಯೂ ಇರದೇ ಇರಬಹುದು.

ಅತಿಯಾದ, ದೀರ್ಘಕಾಲದ ರಕ್ತಸ್ರಾವ : ದೀರ್ಘಕಾಲ ಅತಿಯಾದ ರಕ್ತಸ್ರಾವದಿಂದ ರಕ್ತಹೀನತೆಯುಂಟಾಗಬಹುದು. ಇದು ಕೂಡ ಯೌವ್ವನಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ವೇಳೆ ಮಾನಸಿಕ ಹಾಗೂ ದೈಹಿಕ ಅಸಮತೋಲನವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಇದರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಋತುಚಕ್ರದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಅಹಿತಕರ ಸ್ಥಿತಿಗಳೆಂದರೆ :

- ತೀವ್ರತರವಾದ ಹೊಟ್ಟೆನೋವು
- ವಾಂತಿ, ತಲೆಸುತ್ತು, ಸೊಂಟನೋವು.
- ಅತಿಯಾಗಿ ಬೆವರುವುದು, ನಿತ್ರಾಣ.
- ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ಕೆರೆತ ನೋವು.
- ಅತಿಯಾದ ರಕ್ತಸ್ರಾವದಿಂದಾಗುವ ಬಳಲಿಕೆ, ರಕ್ತಹೀನತೆ.

ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಮಸ್ಯೆ : ಋತುಚಕ್ರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಂತೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಸಂಪ್ರದಾಯ, ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳು ಹಾಗೂ ಪದ್ಧತಿಗಳು ನಡೆದುಬಂದಿವೆ. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಹಿಷ್ಕೃಯೆಂದು ಹೊರಗೆ ಕೂರಿಸುವುದು, ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಪಥ್ಯ, ಸ್ನಾನ ಮಾಡಲು ಬಿಡದೆ, ಮೈಲಿಗೆ ಎಂದು ಓಡಾಡಲೂ ಬಿಡದಿರುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಪದ್ಧತಿ.

ಮೈನೆರೆದ ಯುವತಿಯರನ್ನು ಶಾಲೆಗೂ ಕಳಿಸದೆ, ಹೊರಗೂ ಬಿಡದೆ ಇರುವುದನ್ನು ಇಂದಿಗೂ ಅನೇಕ ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ನೋಡಬಹುದು. ಹೀಗೇ ಅನೇಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಹಾಗೂ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಇಂದಿಗೂ ಕೂಡ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿದೆ.

ಸಲಹೆ ಹಾಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

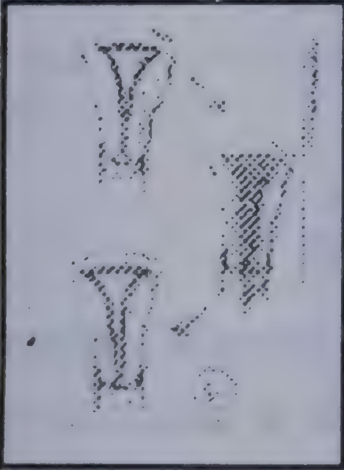
ಯೌವ್ವನಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ಸಲಹೆಗಳು ಹೀಗಿವೆ :

- ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ.
- ಋತುಚಕ್ರದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಮತ್ತು ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಶುಚಿತ್ವವನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದು, ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಒಳ ಉಡುಪುಗಳನ್ನು ಧರಿಸುವುದು, ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳ ನೈರ್ಮಲ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಶುಭ್ರವಾದ ಮೆತ್ತೆಗಳು, ದಿನನಿತ್ಯ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದು ಇವೆಲ್ಲವುಗಳಿಂದ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ -ಇದು ಮುಖ್ಯ ಗುರಿ.
- ರಕ್ತಹೀನತೆ ನಿತ್ರಾಣ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶದ ಕೊರತೆಯಿದ್ದಾಗ, ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶ ಮತ್ತು ಖನಿಜ ಹಾಗೂ ಸತ್ತ್ವಗಳುಳ್ಳ ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರ, ಔಷಧ ಸೇವನೆ ಸೂಕ್ತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತಪಾಸಣೆ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಈ ಎಲ್ಲಾ ರೋಗಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ವಿದ್ಯೆ ಕಲಿತ ನಾರಿ - ಸುಖ ಸಂಸಾರಕ್ಕೆ ದಾರಿ

೨. ಜನನಾಂಗ ಮಾರ್ಗದ ಸೋಂಕು ರೋಗಗಳು (ಆರ್.ಟಿ.ಐ)

ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಒಂದು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ. ಈ ಕ್ರಿಯೆ ಸಫಲವಾಗಿ ನಡೆಯುವ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ವಿಶಿಷ್ಟ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ರಚಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ. ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಸೋಂಕುರೋಗ ಒಂದು ಸರ್ವೇ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವ ರೋಗ. ಆದರೆ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಈ ರೋಗ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಹತ್ತ್ವವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರು ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಈ ರೋಗದಿಂದ ನರಳುತ್ತಾರೆ.



ಋತುಸ್ರಾವದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನ ಯೋನಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯ ಮೂರು ಹಂತಗಳು



ಋತುಸ್ರಾವದ ಶುಚಿತ್ವ

ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಸೋಂಕು ರೋಗವನ್ನು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಎರಡು ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು.

- ಜನನಾಂಗ ಮಾರ್ಗದ ಸೋಂಕು. (ಆರ್.ಟಿ.ಐ.)
- ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದ ಸೋಂಕು. (ಎಸ್.ಟಿ.ಡಿ.)

ಇದಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣಗಳು

- ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಶುಚಿತ್ವ.
- ಬಹು ಸಂಗಾತಿ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ.
- ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಹೆರಿಗೆ.
- ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಗರ್ಭಪಾತ, ವಂಕಿ ಧಾರಣೆ.

ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಶುಚಿಯಾಗಿ ಇಡದೇ ಇರುವುದು, ಗುಟ್ಟಾಗಿ ಗರ್ಭಪಾತವನ್ನು ಅವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಸಂಕೋಚದಿಂದ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ಮುಚ್ಚು ಮರೆ ಮಾಡುವುದು, ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ ಇವೆಲ್ಲವುಗಳಿಂದ ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರು ಈ ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

೩. ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದ ರೋಗಗಳು

ಅನಿರ್ಬಂಧಿತ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಬಹು ಸಂಗಾತಿ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಆಪತ್ಕಾರಿ ರೋಗಗಳನ್ನು ತಂದೊಡ್ಡುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಧದ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವವರು ಹೆಚ್ಚು ಆಪತ್ಕಾರಿ ಗುಂಪಿಗೆ ಸೇರಿರುತ್ತಾರೆ. ಯೌವ್ವನಾವಸ್ಥೆ ಹಾಗೂ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಈ ರೋಗಗಳನ್ನು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಾಣಬಹುದು.

"ಸದೃಢ ಮಹಿಳೆ-ಶಾಂತಿಯ ಕಹಳೆ"

ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ - ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಣು ಜೀವಿಗಳು.ಇದನ್ನು ಹೀಗೆ ಗುರುತಿಸಬಹುದು.

ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಣು ಜೀವಿಗಳು.	ನಾಲ್ಕು ಮುಖ್ಯ ಎಸ್.ಟಿ. ಐ. ಕಾಯಿಲೆಗಳಿವೆ.
ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳು ವೈರಾಣುಗಳು ಫಂಗಸ್ ಪ್ರೋಟೋಜೋವಾ	1) ಟ್ರಿಕೋಮೋನಿಯಾಸಿಸ್ 2) ಕ್ಲಾಮಿಡಿಯಲ್ ಸೋಂಕು 3) ಗೋನೋರಿಯಾ 4) ಸಿಫಿಲಿಸ್.

ಈ ನಾಲ್ಕು ಎಸ್.ಟಿ.ಐ. ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಆಂಟಿ ಬಯಾಟಿಕ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು.

ಸೋಂಕು ಹರಡಲು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣಗಳು

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಶುಚಿತ್ವ, ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಗರ್ಭಪಾತ, ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಹೆರಿಗೆ, ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ (ಬಹು ಸಂಗಾತಿ), ವಂಕಿ ಅಳವಡಿಕೆ, ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು - ಮಾದಕ ವಸ್ತು ಸೇವನೆ, ಮದ್ಯ ಸೇವನೆ, ನಡವಳಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇಲ್ಲದೇ ಇರುವುದು.

ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು

ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ತೊಂದರೆಗಳೆನಿಸಿದರೂ ಕಾಲ ಕ್ರಮೇಣ ಸೋಂಕು ಹರಡಿದಂತೆ ತೊಂದರೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನುಂಟು ಮಾಡಬಹುದು.

ರೋಗ ಚಿಹ್ನೆಗಳು

ಬಿಳೀ ಸೆರಗು, ವಾಸನೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಯೋನಿ ಸ್ರಾವ, ಉರಿ ಮೂತ್ರ, ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳಲ್ಲಿ ತುರಿಕೆ, ಹುಣ್ಣುಗಳು, ಕಿಬ್ಬೊಟ್ಟೆ ನೋವು, ಚಳಿಜ್ವರ, ಸುಸ್ತು, ಗಜ್ಜಲಿನ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋವಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ಗ್ರಂಥಿಗಳು, ನಿತ್ರಾಣ, ಮುಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರು ಇತ್ಯಾದಿ.

ಈ ಸೋಂಕು ಪುರುಷರು ಹಾಗೂ ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನಲ್ಲೂ ರೋಗ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳು

ಬಂಜೆತನ, ನಿತ್ರಾಣ, ಗರ್ಭಕೋಶದ ಹೊರಗೆ ನಿಲ್ಲುವ ಬಸಿರು, ಮುಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರು ಮತ್ತು ರಕ್ತಸ್ರಾವದ ತೊಂದರೆಗಳು, ರಕ್ತಹೀನತೆ, ಗರ್ಭಪಾತ, ಸತ್ತು ಹುಟ್ಟುವ ಮಗು, ಏಡ್ಸ್ ರೋಗ - ಹೀಗೆ ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ತೊಡಕುಗಳಿಂದ ಜೀವನವೇ ಬೇಸರವೆಂದೆನಿಸುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ.

ಏಡ್ಸ್ ರೋಗದ ಬಗ್ಗೆ

ಈ ಶತಮಾನದ ಆತಂಕಕಾರೀ ಹಾಗೂ ಮಾರಕ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಏಡ್ಸ್ ರೋಗ ಅಗ್ರಸ್ಥಾನವನ್ನು ಪಡೆದಿದೆ. ಏಡ್ಸ್ ಎಂದರೆ ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲಿನ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯ ಆರ್ಜಿತ ಲಕ್ಷಣ ಕೂಟ. ಇದು ಎಚ್.ಐ.ವಿ. ಎಂಬ ವೈರಾಣುವಿನಿಂದ ಹರಡುವ ರೋಗ. ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಹರಡುವ ಏಡ್ಸ್ ರೋಗವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯ.

"ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ - ಸುಖೀ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಪೂರಕ."

ಏಡ್ಸ್ ಹರಡುವ ವಿಧಾನ

ಎಚ್.ಐ.ವಿ. ದೇಹಕ್ಕೆ ಹೇಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ?



ಬಹು ಸಂಗಾತಿ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ, ಅನಿರ್ಬಂದಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ, ಸೋಂಕಿರುವ ಪುರುಷ ಅಥವಾ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಂದ ಹರಡುವ ರೋಗ ಇದಾಗಿದೆ.

ಸೋಂಕಿರುವ ಯೋನಿಸ್ರಾವದ ಸಂಪರ್ಕ, ರಕ್ತ ಪಡೆಯುವುದರಿಂದ ಹಾಗೂ ರೋಗವಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಸೂಜಿ, ಸರಿಯಾಗಿ ಸಂಸ್ಕರಿಸದೇ ಇರುವ ಸಿರಿಂಜುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದರಿಂದ ಈ ರೋಗ ಹರಡುತ್ತದೆ.

ತಾಯಿಯಿಂದ (ಸೋಂಕಿರುವ) ಮಗುವಿಗೆ ಇದು ನೇರವಾಗಿ ಹರಡುತ್ತದೆ.

ರೋಗ ಲಕ್ಷಣ

ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ಚಿಹ್ನೆಗಳಿಲ್ಲ. ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯ ಚಿಹ್ನೆಗಳಿರುವುದರಿಂದ ಇದನ್ನು ರೋಗ ಲಕ್ಷಣ ಕೂಟ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಈ ರೋಗದ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ಹೀಗೆ ಗುರುತಿಸಬಹುದು.

ಕಾರಣವಿಲ್ಲದೆ ತೂಕ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು, ಪದೇ ಪದೇ ಜ್ವರ ತಿಂಗಳಾದರೂ ವಾಸಿಯಾಗದ ಜ್ವರ, ವಾಂತಿ -ಭೇದಿ, ನಿತ್ರಾಣ, ತಿಂಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಬರುವ ಜ್ವರ ಕೆಮ್ಮು ದುಗ್ಧರಸ ಗ್ರಂಥಿಗಳ ಊತ, ಬಾಯಿ ಹುಣ್ಣು ಚರ್ಮವ್ಯಾಧಿ ಇತ್ಯಾದಿಯಾಗಿ ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ಪತ್ತೆ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ

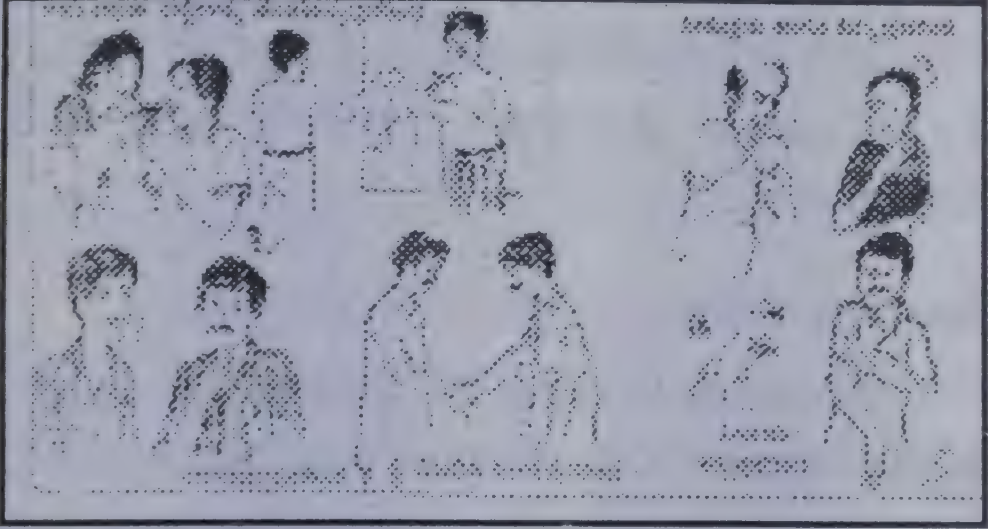
ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಯಿಂದ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಬಹುದು.

ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕ್ರಮ

ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದು, ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳ ಉಪಯೋಗ.

- ಶುದ್ಧೀಕರಿಸಿದ ಅಥವಾ ಹೊಸ ಸಿರಿಂಜುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು.
- ಎಚ್.ಐ.ವಿ. ಮುಕ್ತ ರಕ್ತವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು.
- ಲೈಂಗಿಕ ಜೀವನ ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು.

ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಅಂಶಗಳಿಂದ ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಹರಡುವುದಿಲ್ಲ.....



ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಏಡ್ಸ್ ರೋಗ ಬಂದರೆ ಸಾವು ಖಚಿತ. ಇದಕ್ಕೆ ಔಷಧವಿಲ್ಲ. ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಲಸಿಕೆಯೂ ಇಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಒಂದು ಉತ್ತಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ.

ಜನನಾಂಗ ಮಾರ್ಗದ ಹಾಗೂ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದ ರೋಗಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ

ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲಿಗೆ ಈ ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ, ಅವರಿಗೆ ಸರಿಯಾದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ನೀಡಬೇಕು. ಈ ಸೋಂಕಿನ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ನೀಡಿ, ಈ ಸೋಂಕು ಇತರರಿಗೆ ಹರಡದೇ ಇರುವಂತಹ ಉಪಾಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ ಹೇಳಬೇಕು.

"ಏಡ್ಸ್ ರೋಗಕ್ಕೆ ಮದ್ದಿಲ್ಲಾ -ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರಿ ನೀವೆಲ್ಲಾ"

ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾದಾಗ ಅವರಿಗೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಹೀಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣದಿಂದ ಈ ರೋಗವನ್ನು ಮೂರು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು.

ಮೊದಲನೆಯ ಹಂತ

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಶುಚಿತ್ವ, ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕತೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಲೈಂಗಿಕ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾದ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಈ ರೋಗಗಳಿಂದ ಪಾರಾಗಬಹುದು. ಆಕಸ್ಮಿಕ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಅಥವಾ ಅನುಮಾನವಿದ್ದಾಗ ನಿರೋಧ ಬಳಸುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಅನುಕೂಲದ ಬಗ್ಗೆ ಪುರುಷರಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಮತ್ತು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟಲ್ಲಿ ಈ ರೋಗಗಳು ಹರಡದಿರಲು ಸಾಧ್ಯ.

ಸುರಕ್ಷಿತ ಹೆರಿಗೆ ಮತ್ತು ಗರ್ಭಪಾತ ಇವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸೂಕ್ತ ಮಾಹಿತಿ ಕೊಟ್ಟು, ಕಾಲ ಕಾಲಕ್ಕೆ ತಪಾಸಣೆ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಹೆರಿಗೆ ಮತ್ತು ಗರ್ಭಪಾತವನ್ನು ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇಂತಹ ಪ್ರೇರೇಪಣೆಯಿಂದ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನ ನಡೆಸಬಹುದು.

ಎರಡನೆಯ ಹಂತ

ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಅವರಿಗೆ

ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟು, ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿ, ಮಾನಸಿಕ ಧೈರ್ಯವನ್ನು ತುಂಬಿ ಅವರು ಆದಷ್ಟು ಬೇಗನೆ ಇದಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು.

ಮೂರನೆಯ ಹಂತ

ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾದವರನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಸಿ, ಇದರಿಂದ ಇತರರಿಗೆ ಆಗುವ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಪಡಿಸಿ, ಅವರಿಂದ ಇತರರಿಗೆ ಈ ರೋಗ ಹರಡದಂತೆ ಮಾಡಿ, ಆದಷ್ಟು ಬೇಗನೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವಂತೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಯುವಜನರು ಈ ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಇರುವುದರಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಕೊಡುವುದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯ. ಅದರಲ್ಲೂ ಮಹಿಳೆಯರು ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಪುರುಷರಿಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯಪಡಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯವಾದ ಕೆಲಸ.

ಯೋನಿ ಸೋಂಕು ರೋಗಗಳು

ಸ್ವಸ್ಥ ಯೋನಿ : ಹೆಂಗಸರ ಗರ್ಭಕೋಶದಿಂದ ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಹೊರದ್ವಾರದವರೆಗಿನ ಲೈಂಗಿಕ ಮಾರ್ಗವೇ ಯೋನಿ ಅಥವಾ ವೆಜೈನ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಯೋನಿಯ ಒಳಗಿನ ಅಸಿಡಿಕ್ ಆಮ್ಲಯುಕ್ತ ಪರಿಸರ ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಿ ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ. ಯೋನಿಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛ ಮತ್ತು ಸ್ವಸ್ಥ ಇಡುವ ಶರೀರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಾಗಿ ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ರಾವಗಳ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಸಹಜಸ್ರಾವದಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರು ಆದಲ್ಲಿ ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಯೋನಿಯ ಸಹಜ ಸ್ರಾವ

ಎಲ್ಲಾ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿ ಸ್ರಾವವಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ತಿಳಿಹಳದಿ ಅಥವಾ ಮಬ್ಬುಬಿಳಿ ಆಗಿರಬಹುದು. ಮಾಸಿಕ ಮುಟ್ಟು, ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಒತ್ತಡ, ಔಷಧ ಸೇವನೆ, ಗರ್ಭಧಾರಣೆ, ಪೌಷ್ಟಿಕತೆ, ಲೈಂಗಿಕ ಉದ್ರೇಕ ಇವುಗಳಿಂದ ಈ ಸಹಜಸ್ರಾವದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಬಹುದು.

ಮಾಸಿಕ ಚಕ್ರದ ಮಧ್ಯಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ತೇವ ಹೆಚ್ಚಿ ಸ್ರಾವ ಸ್ವಚ್ಛ ಹಾಗೂ ತಿಳಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಮುಟ್ಟಿನ ಮುಂಚೆ ಮತ್ತು ಮುಟ್ಟಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಆಮ್ಲಯುಕ್ತ ಸ್ರಾವ ಅತ್ಯಲ್ಪವಾಗಿದ್ದು, ಯೋನಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಸೋಂಕು ತಟ್ಟುವುದು ತೀರಾ ಸಾಮಾನ್ಯ.

ಯೋನಿಯ ಅಸಹಜ ಸ್ರಾವದ ಲಕ್ಷಣಗಳು

ಯೋನಿಸ್ರಾವದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಬದಲಾವಣೆ, ಯೋನಿಗೆ ಸೋಂಕು ತಟ್ಟಿದ ಲಕ್ಷಣ ಆಗಿರಬಹುದು. ಸೋಂಕು ತಟ್ಟಿದಾಗ ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಹುದು -

- ಸ್ರಾವದ ಜೊತೆಗೆ -ನವೆ ತುರಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿ.
- ಅತಿಯಾದ ಸ್ರಾವ.

- ಮೂತ್ರವಿಸರ್ಜನೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಉರಿ.
- ಬಿಳಿಯ ಮೊಸರಿನಂತಹ ಸ್ರಾವ.
- ದುರ್ವಾಸನೆಯುಳ್ಳ, ಹಳದಿ, ಹಸಿರು ಅಥವಾ ಬಿಳಿ ಸ್ರಾವ ಅಥವಾ ಬಿಳಿ ಸೆರಗು.

ಸಾಮಾನ್ಯ ಯೋನಿಸೋಂಕಿನ ಮೂಲ ಮಾಹಿತಿಗಳು

೧) ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಲ್ ವೆಜೈನಾಸಿಸ್ : ಯೋನಿಯ ಸಹಜ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರಾದಾಗ ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಣು ಜೀವಿಗಳ ಏಕಾಣು ಜೀವಿಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಇತರ ಸೋಂಕಿನ ಜೊತೆಯೂ ಬೆರೆಯಬಹುದು.

ಚಿಹ್ನೆ ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು

ಹೆಚ್ಚಿನ ಯೋನಿಸ್ರಾವ, ಬೂದು ತಿಳಿ ನೀರಾದ ಸ್ರಾವ, ದುರ್ವಾಸನೆಯುಳ್ಳ ಅಸಹಜ ಸ್ರಾವ, ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ನವೆ, ತುರಿಕೆ ಉರಿಯುಂಟಾಗುವುದು, ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ಕಾವು ಬಾವು ಮತ್ತು ಕೆಂಪೇರುವುದು.

ಟ್ರೈಕೋಮೊನಿಯಾಸಿಸ್

ಟ್ರೈಕೋಮೊನಿಯಾಸಿಸ್ ವೆಜೈನಾಲಿಸ್ ಎಂಬ ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಣು ಜೀವಿಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಈ ರೋಗ ಬಹುತೇಕ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದುಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ದುರ್ವಾಸನೆಯುಳ್ಳ ಹಳದಿ, ಹಸಿರು ಸ್ರಾವ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಸ್ರಾವ ಮತ್ತು ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ ಉರಿಯಾಗುವಿಕೆ, ಉರಿಯೂತ ಇತ್ಯಾದಿ.

ಸಲಹೆ : ಇದಕ್ಕೆ ಸಂಗಾತಿಗಳಿಬ್ಬರಿಗೂ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಒಂದೇಸಲ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಾಗಬೇಕು ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪೂರೈಸುವವರೆಗೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು.

ಯೀಸ್ಟ್ ಕಿಣ್ವ ಸೋಂಕು

ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ಅಲ್ಪ ಪ್ರಮಾಣದ ಯೀಸ್ಟ್ ಕಿಣ್ವ ಅಂದರೆ ಕ್ಯಾಂಡಿಡಾ ಆಲ್ಬಿಕ್ಯಾನ್ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಸೋಂಕಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಗಟ್ಟಿಯಾದ ಮೊಸರಿನಂತಹ ಬಿಳಿಯ ಸ್ರಾವ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದು, ಇದು ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಮಧುಮೇಹ ರೋಗದವರಲ್ಲಿ, ಬೊಜ್ಜು ಜಾಸ್ತಿ ಇರುವವರಲ್ಲಿ, ಗರ್ಭನಿರೋಧಕ ಗುಳಿಗೆಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವವರಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಬಸಿರಾದಾಗ-ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಸೂಚನೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬಂದಾಗ, ಸರಿಯಾಗಿ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿ, ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ರೋಗಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ ಮತ್ತು ಇದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ಆಂಟಿಫಂಗಲ್ ಔಷಧಗಳಿಂದ ಈ ರೋಗವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು.

ಯೋನಿ ಸೋಂಕುಗಳ ನಿವಾರಣೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕ ಸೂಚನೆಗಳು

- ಯೋನಿಯ ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಸ್ವಚ್ಛ ಮತ್ತು ಶುಷ್ಕವಾಗಿಡಬೇಕು.
- ಹತ್ತಿಯ ಒಳ ಉಡುಪುಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು.
- ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆಯ ನಂತರ ಮುಂಭಾಗದಿಂದ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ತೊಳೆದು ಒರೆಸಬೇಕು.
- ಸೂಚಿತ ಅವಧಿ ಪೂರ್ತಿ ಔಷಧಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು.
- ಸೋಂಕು ತಟ್ಟಿದ ಜಾಗವನ್ನು ತುರಿಸಬಾರದು.
- ಯೋನಿಯ ಒಳಗೆ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಹಾಕಬೇಕಾದಲ್ಲಿ ಮುಟ್ಟಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲೂ ಅದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿ.
- ಮುಟ್ಟಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಸ್ಯಾನಿಟರಿ ಪ್ಯಾಡ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದರಿಂದ ಸೋಂಕನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.
- ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾದಾಗ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ.
- ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮುಗಿಯುವವರೆಗೂ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು.

"ಬಹು ಸಂಗಾತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ - ಆಗುವುದು ಜೀವನ ನರಕ"

೪. ಋತುಚಕ್ರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ರೋಗಗಳು

ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಮುಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ರೋಗಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳು ಹೀಗಿವೆ :

- ಮುಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರು. ಅಂದರೆ ನಿಗದಿತವಲ್ಲದ, ಅನಿಯಮಿತ ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ದೀರ್ಘಕಾಲದ ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ತಡೆಹಿಡಿದು ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ಆಗುವ ರಕ್ತಸ್ರಾವ.
- ಬಂಜೆತನ
- ಅತಿಯಾದ ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ಋತುಚಕ್ರ. ಇದನ್ನು "ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್" ಮತ್ತು "ಅಡೆನೋಮಯೋಸಿಸ್" ಎಂದು ಎರಡು ಬಗೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು.
- ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ಋತುಚಕ್ರದ ಕ್ಲಿಷ್ಟ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು. (ಪೆಲ್ವಿಕ್ ಇನ್‌ಫ್ಲಮೇಟರಿ ಡಿಸೀಸ್) (ಪಿ.ಐ.ಡಿ)

ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಹಾರ್ಮೋನಿನಲ್ಲಿನ ಏರುಪೇರಿನಿಂದಾಗಿ ಋತುಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರಾಗುವ ಸಮಸ್ಯೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಡಿ.ಯು.ಬಿ. (ಡಿಸ್ ಫಂಕ್ಷನಲ್ ಯುಟೆರೈನ್ ಬ್ಲೀಡಿಂಗ್) ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಹಾರ್ಮೋನಿನ ಏರು ಪೇರಿನಿಂದಾಗಿ ಅಂದರೆ ಸ್ತ್ರೀ ಹಾರ್ಮೋನುಗಳಾದ ಇಸ್ಟ್ರೋಜನ್ ಮತ್ತು ಪ್ರೊಜೆಸ್ಟೀರೋನ್ ಇವುಗಳ ಉತ್ಪತ್ತಿ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ

ಏರು ಪೇರಾದಾಗ ಅನಿಯಮಿತ, ಅನಿಗದಿತ ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಏರುಪೇರಿನ ಋತುಚಕ್ರವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾದಾಗ ಕೆಲ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ವಾರಗಟ್ಟಲೆ ದೀರ್ಘ ಕಾಲದ ರಕ್ತಸ್ರಾವವುಂಟಾಗಿ - ರಕ್ತ ಹೀನತೆ, ನಿತ್ರಾಣವಾಗಿ ದಿನನಿತ್ಯದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಅಡ್ಡಿಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ತಕ್ಷಣವೇ ಪರಿಹರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು

ರಕ್ತಹೀನತೆ, ನಿತ್ರಾಣ, ಎದೆಬಡಿತ, ಕೈಕಾಲು ಮುಖ ಊದುವುದು, ತಲೆಸುತ್ತು, ಊಟ ಸೇರದೆ ಇರುವುದು, ವಾಕರಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸಿ ರೋಗಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಖಚಿತ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಆನಂತರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

- ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ, ಮಾನಸಿಕ ಸಾಂತ್ವನ.
- ಹಾರ್ಮೋನಿನ ಔಷಧಿ ಸೇವನೆ, ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶವುಳ್ಳ ಮಾತ್ರೆಗಳು.
- ತುಂಬಾ ರಕ್ತಹೀನತೆಯಿದ್ದಾಗ ರಕ್ತ ಪೂರೈಕೆ.
- ಅತಿಯಾದ ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ದೀರ್ಘಕಾಲದ ತೊಂದರೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಮುಗಿದಿದ್ದರೆ - ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಗರ್ಭಕೋಶವನ್ನು ತೆಗೆಯುವುದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಬಹುದು.

ಬಂಜೆತನ

ಹೆಣ್ಣಿನ ಜೀವನದ ಅತ್ಯಂತ ಹರ್ಷದಾಯಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅತೀ ಮುಖ್ಯವಾದುದು ತಾಯ್ತನ. ಅಂದರೆ ಹಲವರಿಗೆ ಈ ಸುಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಭಾಗ್ಯ ದೊರಕದಿರಬಹುದು. ಹೀಗೆ ಬಂಜೆತನ ಸಮಸ್ಯೆ ಎಲ್ಲ ದೇಶಗಳಲ್ಲೂ ಎಲ್ಲ ವರ್ಗದ ಜನಗಳಲ್ಲೂ ದಿನೇ ದಿನೇ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ. ಈ ಪ್ರಕಾರ ಪ್ರಪಂಚದ ಒಟ್ಟು ಜನಸಂಖ್ಯೆಯ ಶೇ.10 ರಷ್ಟು ಜನ ಈ ರೋಗದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಾರೆ.

ಬಂಜೆತನ ಅಂದರೆ ದಾಂಪತ್ಯ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಕಾಲಿಟ್ಟ ದಿನದಿಂದ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕವಿದ್ದಾಗ್ಯೂ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಧಾರಣೆ ಆಗದೆ ಇರುವ ಸ್ಥಿತಿ.

ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ

ಮೇಲ್ನೋಟಕ್ಕೆ ಯಾವ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನೂ ಹೊಂದಿರದಂತಹ ಕಾಯಿಲೆ ಬಂಜೆತನ. ಇದಕ್ಕೆ ಹೊಣೆ ಕೇವಲ ಹೆಣ್ಣು ಎನ್ನುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ವಾಡಿಕೆ. ಆದರೆ ಇದರಲ್ಲಿ ಸತಿ ಪತಿಗಳಿಬ್ಬರದ್ದೂ ಸಹಭಾಗಿತ್ವ ಇದೆ. ಹೆಣ್ಣಿಗಾಗಲಿ, ಗಂಡಿಗಾಗಲಿ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಕಾರಣಗಳು ಹೀಗಿವೆ.

- ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ನ್ಯೂನತೆಗಳು.
- ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಸಮರ್ಪಕತೆ.
- ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಸೋಂಕು ರೋಗಗಳು.

- ಹಲವಾರು ದೈಹಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳು -ಸಕ್ಕರೆ ಕಾಯಿಲೆ, ಥೈರಾಯಿಡ್ ಮುಂತಾದ ಹಾರ್ಮೋನಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಕಾಯಿಲೆಗಳು.

ಇದನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವ ವಿಧಾನ

ದಂಪತಿಗಳೀರ್ವರ ಸಂಪೂರ್ಣ ದೈಹಿಕ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ತಪಾಸಣೆ - ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಮೂತ್ರ ಪರೀಕ್ಷೆ ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್, ಮತ್ತು ವೀರ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ, ಎಲ್ಲಿ ಅಡಚಣೆಯಿದೆ ಎಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸಲಾಗುವುದು.

ಇದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರ

ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲಿಗೆ ತಜ್ಞರ ಬಳಿ ಸಮಾಲೋಚನೆ ನಡೆಸುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಯಾವುದೇ ಹಂತದಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಅಥವಾ ನ್ಯೂನತೆಗಳಿದ್ದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತ ಔಷಧೋಪಚಾರಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದರಿಂದ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಒಂದು ವೇಳೆ ಗರ್ಭಧಾರಣೆ ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ ಅನ್ನುವ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಕೃತಕ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು.

ಬಂಜೆತನ ಒಂದು ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಯಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಒಂದು ಗಂಭೀರ ಹಾಗೂ ಆತಂಕಕಾರೀ ಸಮಸ್ಯೆಯೂ ಹೌದು. ಈ ಆಧುನಿಕ ಯುಗಗಳಲ್ಲೂ ಇದರ ಪೂರ್ಣ ಸತ್ಯತೆಯನ್ನು ಅರಿಯದೇ ಈ ರೋಗದ ಹೊಣೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೆಣ್ಣಿನದ್ದೇ ಎನ್ನುವ ನಡವಳಿಕೆ ಇಂದಿಗೂ ಕಂಡುಬರುತ್ತಿರುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಶೋಚನೀಯ.

ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಸತಿ - ಪತಿಗಳಿಬ್ಬರ ತಪಾಸಣೆ, ಸಮಾಲೋಚನೆ, ಕುಟುಂಬದ ಎಲ್ಲ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರಲ್ಲಿ ಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಿ, ನಮ್ಮ ನಡೆನುಡಿ, ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಆಚಾರ ವಿಚಾರಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತಂದುಕೊಂಡು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಜೀವನವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲೇ ಇದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದೆ.

ಅತಿಯಾದ ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ಋತುಚಕ್ರ

ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಋತುಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾದ ಕಿಬ್ಬೊಟ್ಟೆ ನೋವು ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗುವುದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಇದನ್ನು "ಅಡೆನೋಮ್ಯೈಯೋಸಿಸ್" ಮತ್ತು "ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್"ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಅಡೆನೋಮ್ಯೈಯೋಸಿಸ್

ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಮುಗಿದಾದ ನಂತರ ಕೆಲವು ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಋತುಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾದ ಹೊಟ್ಟೆನೋವು ಮತ್ತು ದೀರ್ಘ ರಕ್ತಸ್ರಾವ (ಹೆಚ್ಚಾಗಿ) ಆಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ಮಾಸದಲ್ಲೂ ಬರುವ ಈ ಮುಟ್ಟಿನ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದಾಗಿ, ನಿತ್ರಾಣವಾಗಿ ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕುಗ್ಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ, ಈಸ್ಟ್ರೋಜನ್ ಹಾರ್ಮೋನಿನಲ್ಲಿನ ಏರುಪೇರು. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಗರ್ಭಕೋಶ ಹಿಗ್ಗಿ, ಗರ್ಭಕೋಶದ ಪದರಗಳೆಲ್ಲಾ ದೊಡ್ಡದಾಗುತ್ತದೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ, ರಕ್ತ ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಔಷಧಗಳು, ಸಮಾಲೋಚನೆ, ನೋವಿನ ಔಷಧಿಗಳ ಸೇವನೆ. ಸಂತಾನ ಕ್ರಿಯೆ ಮುಗಿದಿದ್ದಲ್ಲಿ - ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ (ಗರ್ಭಕೋಶವನ್ನು ತೆಗೆಯುವಿಕೆ).

ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್

ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ 30 ರಿಂದ 40ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಈ ತೊಂದರೆಗೆ ಖಚಿತವಾದ ಕಾರಣ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಗರ್ಭಕೋಶದ ಒಳಪದರದಲ್ಲಿನ ಜೀವಕಣಗಳು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಜಾಗಗಳನ್ನು ಹಲವಾರು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತಲುಪಿ ಅಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿತವಾಗಿ, ನಂತರ ಮುಟ್ಟಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ತಂದೊಡ್ಡಬಹುದು. ಅಂಡಾಶಯ, ಗರ್ಭನಾಳ, ಗರ್ಭಪದರ ಮತ್ತು ಪೆರಿಟೋನಿಯಂನ ಪದರಗಳ ಮೇಲೆಲ್ಲಾ ಕುಳಿತು ಹೆಚ್ಚುಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಹರಡಬಹುದು. ಅನೇಕ ವೇಳೆ ಹೊಕ್ಕಳು ಯೋನಿ, ಚರ್ಮ, ಮೂತ್ರದ ಚೀಲ, ದುಗ್ಧರಸ ಗ್ರಂಥಿ ಇವುಗಳಲ್ಲೂ ಈ ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಟಿಕ್ ಕಣಗಳು ಮೂಡಬಹುದು. ಅಂಡಾಶಯದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿಯೂ ದೊಡ್ಡದಾಗಿಯೂ ಕಾಣುವ ಇವನ್ನು ಚಾಕೊಲೇಟಸಿಸ್ಟ್ ಆಫ್ ಒವರಿ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ರೋಗದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು

ಅತಿಯಾದ ಕೆಳ ಹೊಟ್ಟೆನೋವು, ಬಂಜೆತನ, ಬೆನ್ನು ಸೊಂಟದ ನೋವು, ಸಂಭೋಗದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನೋವು, ಮೂತ್ರ

ವಿಸರ್ಜನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ, ಇಂತಹ ಸಣ್ಣ ಸಿಸ್ಟ್‌ಗಳು ಒಡೆದಾಗ ತುರ್ತುಪರಿಸ್ಥಿತಿಯೂ ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವಿಕೆ

ಯೋನಿ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್, ಲ್ಯಾಪರೋಸ್ಕೋಪಿಯಿಂದ (ಉದರ ದರ್ಶಕ) ಇದನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಬಹುದು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ

- ನೋವು ಶಮನಕಾರಿ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಸಾಧಾರಣವಾದ ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಕೊಡಬಹುದು.
- ಮಕ್ಕಳಿಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಶೀಘ್ರವೇ ಮಕ್ಕಳಾಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.
- ಹಾರ್ಮೋನಿನ ಔಷಧಗಳು ಹಾಗೂ ನೋವು ಶಮನಕಾರೀ ಗುಳಿಗೆಗಳಿಂದ ಈ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ಶಮನ ಮಾಡಬಹುದು.
- ತೀವ್ರತರವಾದ ಹೊಟ್ಟೆನೋವು ಹಾಗೂ ತೊಂದರೆಗಳಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಮಕ್ಕಳಿದ್ದಲ್ಲಿ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಲಾಗುವುದು.
- ಉದರ ದರ್ಶಕ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮೂಲಕ ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್‌ನ ಜಾಗಗಳನ್ನು ಕಾಟರಿ ಮಾಡಬಹುದು.
- ವಯಸ್ಸು 35ಆಗಿದ್ದು ಮಕ್ಕಳಿದ್ದು ತೀವ್ರತರವಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿದ್ದಲ್ಲಿ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮೂಲಕ ಗರ್ಭಕೋಶ, ಅಂಡಾಶಯ ಗರ್ಭನಾಳಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಲಾಗುವುದು.

ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ಋತುಚಕ್ರ (ಪಿ.ಐ.ಡಿ)

ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಮಾಸಮಾಸದಲ್ಲೂ ಋತುಚಕ್ರದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕ್ಲಿಷ್ಟಕರವಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಇದು ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅತಿಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವ ಕಾಯಿಲೆಯಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ 20 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನಿಂದ -35 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನವರೆಗೂ ನೋಡಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಪಿ.ಐ.ಡಿ. ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. (ಪೆಲ್ವಿಕ್ ಇನಫ್ಲಮೇಟರಿ ಡಿಸೀಸಸ್)

ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ

ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಸೋಂಕು ಪದೇ ಪದೇ ಆಗಿ ಮೇಲಕ್ಕೆ ಹರಡಿ ಇಡೀ ಗರ್ಭಕೋಶ, ಅಂಡಾಶಯ ಗರ್ಭನಾಳ, ಉರಿಯೂತ, ಅಂಟುವಿಕೆಯಿಂದಾಗಿ ಕಾಯಿಲೆ ಉಲ್ಬಣಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಶುಚಿತ್ವ, ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಗರ್ಭಪಾತ, ಹೆರಿಗೆ, ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಹಾಗೂ ವಂಕಿ ಅಳವಡಿಕೆಯಿಂದ ಒಳ ಸೇರುವ ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಣುಜೀವಿಗಳು ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಇವುಗಳಿಂದುಂಟಾಗುವ ಈ ಕಾಯಿಲೆ, ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತಿರುವುದು ಇನ್ನೂ ಹಿಂದುಳಿದ ಅಥವಾ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ.

ರೋಗ ಚಿನ್ಹೆಗಳು

ಕಿಬ್ಬೊಟ್ಟೆ, ನೋವು, ಸೊಂಟ ನೋವು, ಉರಿ ಮೂತ್ರ, ಕೀವು ರಕ್ತ ಬೆರಕೆ ಯೋನಿಸ್ರಾವ, ಮುಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರು, ದುರ್ವಾಸನೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಯೋನಿಸ್ರಾವ, ಚಳಿ ಜ್ವರ ಹೀಗಾಗಿ,

ದಿನನಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಲಾಗದೆ, ಕಾಯಿಲೆ ಉಲ್ಬಣಿಸಿದಾಗ ತೀವ್ರತರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವಂತಾಗುತ್ತದೆ.

ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ

ಈ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ಅತೀ ಮುಖ್ಯವಾದ್ದರಿಂದ, ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ, ಅರಿವು ಕೊಟ್ಟು, ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳು, ಆಚಾರವಿಚಾರಗಳು, ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುವುದರಿಂದಲೂ, ಸುರಕ್ಷಿತ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಆರೋಗ್ಯದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಇದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಕಾಯಿಲೆ ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ, ಇನ್ನೂ ಚಿಕ್ಕವಯಸ್ಸಾಗಿದ್ದರೆ, ಮಕ್ಕಳಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ-ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ಸ್,ದೇಹಸ್ಥಿತಿ ಸುಧಾರಣೆ, ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರಗಳಿಂದ ಕಾಯಿಲೆ ತೀವ್ರ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.

ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್, ಯೋನಿಸ್ರಾವ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಿಂದ ಕಾಯಿಲೆಯ ಪೂರ್ಣ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದು ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯ ಕಾರ್ಯ ಮುಗಿದಿದ್ದರೆ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮೂಲಕ ಸೋಂಕಿರುವ ಗರ್ಭಕೋಶದ ಅಂಗಾಂಗಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಇದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿ

- ಸರಳ ಸುಲಭವಾದ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಯ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಅನೇಕ ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.
- ಎಲ್ಲ ರೋಗಗಳಿಗೂ ನಾಂದಿ - ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಶುಚಿತ್ವ. ಇದರಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಣೆಯಾದಾಗ, ಒಳಸೇರುವ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಬೆಳೆಯಲು ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿಲ್ಲ.
- ಗುಪ್ತಾಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಯಿಲೆ, ಗುಪ್ತವಾಗಿ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಇದಾಗದಂತೆ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಯ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅತಿಮುಖ್ಯ.

೫. ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಅರ್ಬುದ (ಕ್ಯಾನ್ಸರ್) ರೋಗಗಳು.

ಈ ಶತಮಾನದ ಭಯಾನಕ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗ ಅಗ್ರಸ್ಥಾನವನ್ನು ಪಡೆದಿದೆ. ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗವನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ಗುರುತಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ. ಸದ್ದಿಲ್ಲದೇ ಬೇರೂರುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಅತ್ಯಗತ್ಯ.

"ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ -ಸುಖೀ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಪೂರಕ."

ಸ್ತ್ರೀ ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ವಿಶಿಷ್ಟ ರಚನೆಯಿಂದಾಗಿ ಇವುಗಳು ಗುಪ್ತಾಂಗಗಳೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದ್ದು, ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಅರ್ಬುದ ರೋಗ ಬಹಳ ಸಮಯದವರೆಗೆ ಗುಪ್ತವಾಗಿದ್ದು, ಈ ಕಾಯಿಲೆ ಅತಿಯಾಗಿ ಮುಂದುವರೆದ ಅನಂತರವೇ ಪತ್ತೆಯಾಗುವುದು ಸರ್ವೇ ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಸಂಗತಿಯಾಗಿದೆ. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಈ ರೋಗಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿಯೇ ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಿ, ಸೂಕ್ತ ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಅತಿಮುಖ್ಯ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅಥವಾ ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಅರ್ಬುದ ರೋಗ, ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಯಾವ ಅಂಗಾಂಗದಲ್ಲಾದರೂ ಬರಬಹುದು. ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯ ಅನಂತರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ ೩೫ ವಯಸ್ಸಿನ ನಂತರದಲ್ಲಿ, ಮುಟ್ಟು ನಿಲ್ಲುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಮುಟ್ಟು ನಿಂತಾದಮೇಲೂ ಈ ರೋಗಗಳು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ.

ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ

ಖಚಿತವಾದ ಕಾರಣ ತಿಳಿಯದಿದ್ದಾಗ್ಯೂ ಇದು ಬರಲು ಹಲವಾರು ಹಿನ್ನೆಲೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅನಿರ್ಬಂಧಿತ, ಬಹು ಸಂಗಾತಿ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ, ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಸೋಂಕು ರೋಗಗಳು, ಅತಿ ಸಂತಾನ, ಅಶುಚಿತ್ವ ಹೀಗೆ ಹಲವಾರು ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಅರ್ಬುದ ಕಾಯಿಲೆ, ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಎಲ್ಲ ಅಂಗಾಂಗಗಳಲ್ಲೂ ಕಂಡುಬರಬಹುದು. ಆದರೆ ಅತಿ

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಂಡು ಬರುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಗಳನ್ನು ಹೀಗೆ ಗುರುತಿಸಬಹುದು.

- ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸರ್ವಿಕ್ಸ್ - ಅಂದರೆ ಗರ್ಭಕೋಶದ ಕೊರಳಿನಲ್ಲಿ ಬರುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್.
- ಗರ್ಭಕೋಶದಲ್ಲಿ ಮೂಡುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ - ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯಮ್
- ಅಂಡಾಶಯದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ - ಒವೇರಿಯನ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್.
- ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳ ಜೊತೆಗೆ, ಯೋನಿಯಲ್ಲಿನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ವಲ್ವಾ (ಹೊರ ಅಂಗಾಂಗಗಳ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್) ಗಳೂ ಅಪರೂಪವಾಗಿ ಬರಬಹುದು.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸರ್ವಿಕ್ಸ್

ರೋಗ ಲಕ್ಷಣ

- ಅನೇಕ ವೇಳೆ, ಯಾವ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳೂ ಕಂಡುಬರದೆ ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಈ ರೋಗ ಪತ್ತೆಯಾಗಬಹುದು.
- ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಚಿಹ್ನೆಗಳೂ ಇಲ್ಲದೇ ಇದ್ದಾಗ, ಕಾಯಿಲೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಮುಂದುವರೆದ ಹಂತದಲ್ಲಿ, ಬಿಳಿ ಸೆರಗು, ಅನಿಗದಿತ ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ಸಂಭೋಗದ ನಂತರ ಆಗಾಗ ಆಗುವ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ಕಾಯಿಲೆ ಅತಿ ಮುಂದುವರೆದ ಹಂತದಲ್ಲಿ, ದುರ್ವಾಸನೆಯಿಂದ

ಕೂಡಿದ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ರಕ್ತ ಬೆರಕೆಯು ಯೋನಿ ಸ್ರಾವ, ಅದಿ ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವು, ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ ಹಾಗೂ ಮಲ ವಿಸರ್ಜನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ, ಹಸಿವಿಲ್ಲದಿರುವಿಕೆ, ತೂಕ ಕಡಿಮೆ, ನಿತ್ರಾಣ, ರಕ್ತ ಹೀನತೆ ಈ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ.

ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅಥವಾ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಶೇ.೪೦ ರಷ್ಟು ಜನ ಮಹಿಳೆಯರು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸರ್ವಿಕ್ಸ್‌ನಿಂದ ನರಳುತ್ತಾರೆ. ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ವಿವಾಹ, ಅತಿಸಂತಾನ ಹಾಗೂ ಹಲವಾರು ಸೋಂಕುರೋಗಗಳು ಈ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಮೂಲ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅನೇಕ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವ ಈ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ೦ ಹಂತದಲ್ಲೇ ಗುರುತಿಸಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಟ್ಟಾಗ ರೋಗಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಗುಣಮುಖರಾಗಬಹುದು.

ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವಿಕೆ

ಯೋನಿ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಪ್ಯಾಪಸ್ಮಿಯರ್ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಬಯಾಪ್ಸಿ ಮಾಡಿ, ರೋಗವನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಶುಚಿತ್ವ, ಮಿತ ಸಂತಾನ, ಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕತೆ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ಯೋನಿ ಪರೀಕ್ಷೆ (೩೫ರ ನಂತರ ೬ ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ, ತೊಂದರೆಯಾದಲ್ಲಿ ಪದೇ ಪದೇ ತಪಾಸಣೆ) ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವು ದರಿಂದ ಈ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿಯೇ ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಿ ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಪ್ರಾರಂಭದ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ ೦ ಹಂತದಲ್ಲಿಯೇ ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಿದಾಗ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಗರ್ಭ ಕೋಶವನ್ನೇ ತೆಗೆದು ಹಾಕಿದಲ್ಲಿ, ಸಂಪೂರ್ಣ ಗುಣಮುಖರಾಗಬಹುದು.

ಮುಂದುವರಿದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಲ್ಲಿ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ರೇಡಿಯೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಕೊಡಲಾಗುವುದು. ಅತಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕಾಯಿಲೆಯಾದಾಗ, ತೀವ್ರತರ ತೊಂದರೆಯಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಕೇವಲ ರೇಡಿಯೋಥೆರಪಿ ಮತ್ತು ಕೀಮೋ ಥೆರಪಿಗಳನ್ನು ಕೊಡಲಾಗುವುದು. ಈ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಹಾಗೂ ಖಚಿತವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು, ಕಾಯಿಲೆಯ ಹಂತವನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ತೀರ್ಮಾನಿಸಿ ಅನಂತರ ಕೊಡಲಾಗುವುದು.

ಗರ್ಭ ಕೋಶದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್

ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯಲ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ - ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮತ್ತೊಂದು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕಾಯಿಲೆ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸರ್ವಿಕ್ಸ್‌ನಷ್ಟು ಈ ಕಾಯಿಲೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಮುಟ್ಟುನಿಲ್ಲುವ ಮತ್ತು ಮುಟ್ಟು ನಿಂತಾದ ನಂತರ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಈ ಕಾಯಿಲೆ ವಯಸ್ಸಾದವರು, ಅತಿ ಸಂತಾನ ಪಡೆದವರೂ, ಮಧು ಮೇಹಿಗಳು, ಸ್ಥೂಲಕಾಯರು ಇವರುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಈ ರೋಗ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ೫೦ ರಿಂದ

"ವಿದ್ಯೆ ಕಲಿತ ನಾರಿ-ಸುಖ ಸಂಸಾರಕ್ಕೆ ದಾರಿ"

೫೫ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಈ ರೋಗ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಈಸ್ಟ್ರೋಜನ್ ಹಾರ್ಮೋನಿನ ಕ್ರಿಯೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದು, ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಮುಟ್ಟು ನಿಂತಾದ ಮೇಲೆ ಈ ರೋಗ ಗೋಚರವಾಗುತ್ತದೆ.

ರೋಗದ ಲಕ್ಷಣಗಳು

ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದ ಅಥವಾ ಮುಟ್ಟು ನಿಂತಾದ ಮೇಲೂ ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ಹೊಟ್ಟೆನೋವು ಕಂಡುಬರುವುದು. ಇದರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಫ್ರೈಬ್ರಾಯಿಡ್ ಗೆಡ್ಡೆ ಅಥವಾ ಗರ್ಭಕೋಶದ ಸೋಂಕು ಕೂಡ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವಿಕೆ

ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯಲ್ ಕ್ಯುರೆಟಾಜ್, ಬಯಾಪ್ಸಿ ಮತ್ತು ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್ ಇವುಗಳಿಂದ ಈ ರೋಗವನ್ನು ಪತ್ತೆಮಾಡಬಹುದು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿಯೇ ಪತ್ತೆಯಾದಾಗ ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯಲ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು.

ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಇಡಿಯಾಗಿ ಗರ್ಭಕೋಶವನ್ನು ತೆಗೆಯುವುದು (ವರ್ಧೀಮ್ಸ್ ಹಿಸ್ಟರೆಕ್ಟಮಿ)

- ರೇಡಿಯೋಥೆರಪಿ
- ಕೀಮೋಥೆರಪಿ
- ಹಾರ್ಮೋನ್‌ಥೆರಪಿ

ಹೀಗೆ ತಾಯಿಲೆಯ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಹಂತವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುವುದು.

ನಿಂಗವ್ವನಿಗೆ ಮುಟ್ಟು ನಿಂತು ಈಗಾಗಲೇ ೧೦ ವರ್ಷವಾಗಿದೆ. ಈಗ ಅವಳಿಗೆ ೬೨ ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸು. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಅವಳಿಗೆ ಯಾವಾಗಲಾದರೊಮ್ಮೆ ಬಿಳಿ ಬೆರಕೆಯ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಕಾಣಿಸತೊಡಗಿದೆ. ಅತಿ ಉಷ್ಣವಾಗಿ ಹೀಗಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅವಳು ಪಥ್ಯ ಮಾಡುತ್ತಾಳೆ. ಆದರೂ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಬಿಳಿಮುಟ್ಟು ಜಾಸ್ತಿಯೆನಿಸಿದಾಗ ಅವಳು ಲೇಡಿ ಡಾಕ್ಟರಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾಳೆ. ಲೇಡಿ ಡಾಕ್ಟರು ಯೋನಿಪರೀಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ನೋಡುತ್ತೇನೆ ಅಂದಾಗ, ಅವಳಿಗೆ ಭಯ, ಸಂಕೋಚ, ನಾಚಿಕೆಯಾಗಿ, ತೋರಿಸದೇ ವಾಪಸ್ಸು ಬರುತ್ತಾಳೆ. ಹೀಗೆ ಹಲವಾರು ತಿಂಗಳು ಅಷ್ಟೇನೂ ತೊಂದರೆಯಿಲ್ಲದೆ ಕಳೆಯುತ್ತಾಳೆ. ಆದರೆ ಬರುಬರುತ್ತಾ ಬಿಳಿ ಸೆರಗು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ದುರ್ವಾಸನೆ, ರಕ್ತಬೆರಕೆಯಿಂದ ಸಹಿಸಲಸಾಧ್ಯವಾದಾಗ ಮತ್ತೆ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾಳೆ. ಇದು ಅತೀ ಮುಂದುವರೆದ ಗರ್ಭಕೋಶದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಎಂದು ಧೃಢವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾಯಿಲೆ ಉಲ್ಬಣವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಖರ್ಚು ವೆಚ್ಚ ಮತ್ತು ಕಷ್ಟದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಅವಳ ಅಜ್ಞಾನ, ನಾಚಿಕೆ, ಭಯ ಸಂಕೋಚಗಳಿಗೆ ಅವಳು ತೆತ್ತ ಬೆಲೆ.

ಓೀಗೆ ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರು ಗುಪ್ತಾಂಗಗಳ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಸಂಕೋಚಪಟ್ಟು, ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇದು ದಿನ ನಿತ್ಯ ಕಂಡುಬರುವ ದೃಶ್ಯ.

ಅಂಡಾಶಯದ ಅರ್ಬುದ ರೋಗಗಳು
(ಒವೇರಿಯನ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್)

ಅಂಡಾಶಯ ಸ್ತ್ರೀ ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಅಂಗವಾಗಿದ್ದು, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಸ್ತ್ರೀಗೂ ಎರಡು ಅಂಡಾಶಯಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಗರ್ಭಕೋಶದ ಎಡ ಹಾಗೂ ಬಲ ಭಾಗದಲ್ಲಿರುವ ಅಂಡಾಶಯಗಳು ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣದಾಗಿದ್ದು, ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿದ್ದು, ಹೆಣ್ಣಿನ ಮಾನಸಿಕ ಹಾಗೂ ದೈಹಿಕ ಜೀವಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಹಾರ್ಮೋನುಗಳಾದ ಈಸ್ಟ್ರೋಜನ್ ಮತ್ತು ಪ್ರೊಜೆಸ್ಟಿರೋನ್‌ಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಸ್ತ್ರೀತನ, ತಾಯ್ತನ, ದೈಹಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಆಕಾರ, ರೂಪ ಲಕ್ಷಣ, ಋತುಚಕ್ರ ಕ್ರಿಯೆ ಮತ್ತು ಗರ್ಭಧಾರಣೆ ಇವೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಅಂಡಾಶಯದ ಮತ್ತೊಂದು ಮುಖ್ಯ ಕೆಲಸವೆಂದರೆ ಜೀವ ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ಮೂಲವಾದ ಅಂಡಾಣುಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುವುದು. ಇದೊಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಮತ್ತು ಸೋಜಿಗವಾದ ಕ್ರಿಯೆ. ಇದರಿಂದ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯಾಗಿ ಮಾನವ ಪೀಳಿಗೆ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ.

ಓೀಗೆ ಹೆಣ್ಣಿಗೆ ಹೆಣ್ತನ ಮತ್ತು ತಾಯ್ತನ ಕೊಡುವ ಅಂಡಾಶಯಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಅರ್ಬುದ ರೋಗವನ್ನು ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ

ಕಾಣಬಹುದು. ಅಂಡಾಶಯದ ಗೆಡ್ಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಶೇಕಡಾ ೨೫ರಷ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗೆಡ್ಡೆಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಯಾವ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಾದರೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಂಡಾಶಯದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು ಸರ್ವೇ ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಕಾಣುವ ರೋಗ. ಯಾವ ರೀತಿಯ ತೊಂದರೆಯನ್ನೂ ಕೊಡದೆ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಒಳಗಿಂದೊಳಗೇ ಬೆಳೆಯುವ ಈ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು ಪತ್ತೆಯಾಗುವ ವೇಳೆಗೆ ರೋಗ ಉಲ್ಬಣಿಸಿ, ಕಾಯಿಲೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅನೇಕ ವೇಳೆ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಗೋಚರವಾಗುವ ಅಥವಾ ಪತ್ತೆಯಾಗುವ ಈ ಗೆಡ್ಡೆಗಳನ್ನು ಅನೇಕ ವಿಧವಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು.

ರೋಗದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು

ಕೆಳ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ನೋವು, ಕೈಗೆ ಸಿಗುವ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು, ಮುಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರು, ಹೊಟ್ಟೆ ಗಾತ್ರವಾಗುವಿಕೆ, ವಾಂತಿ, ತಲೆಸುತ್ತು ನಿತ್ರಾಣ ಇತ್ಯಾದಿ. ಅನೇಕ ವೇಳೆ ರೋಗಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವ ತೊಂದರೆಯನ್ನೂ ಕೊಡದ ಈ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು ಅಕಸ್ಮಾತ್ ತಪಾಸಣೆಗೆ ಬಂದಾಗ ಪತ್ತೆಯಾಗಬಹುದು.



Mucinous Cystadenoma on Left Side with Dermoid on Right Side

ರೋಗ ಪತ್ತೆಹಚ್ಚುವ ವಿಧಾನಗಳು

ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್, ಉದರದರ್ಶಕ ಇವುಗಳಿಂದ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು ಯಾವ ಅಂಗಡಕ್ಕೆ ಸೇರಿದೆ ಎಂದು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಬಹುದು. ಬಯಾಪ್ಸಿ ಮಾಡಿ ಕಾಯಿಲೆಯ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಹಂತವನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಹುದು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ರೋಗದ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಹಂತವನ್ನು ನಿರ್ಣಯಮಾಡಿ ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತಹ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮೂಲಕ ಗೆಡ್ಡೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು, ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಕೋಶವನ್ನು ಇಡಿಯಾಗಿ ತೆಗೆಯುವುದು ಮತ್ತು ಅನಂತರ ಸೂಕ್ತವಾದ ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಅಥವಾ ರೇಡಿಯೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಕೊಡಲಾಗುವುದು.

ಆರಂಭದಲ್ಲಿಯೇ ಪತ್ತೆಯಾದಾಗ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಸೂಕ್ತ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು.

ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಸಾಧಾರಣ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು

ಸರ್ವೇಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಈ ಗೆಡ್ಡೆಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ಕಂಡಂತೆ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು.

೧) ಗರ್ಭಕೋಶದಲ್ಲಿನ ಸಾಧಾರಣ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು - ಬಿನೈನ್ ಟ್ಯೂಮರ್ಸ್ - ಫೈಬ್ರಾಯ್ಡ್ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು.

೨) ಅಂಡಾಶಯದ ಸಾಧಾರಣ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು - ಸಿಸ್ಟಅಡೆನೋಮ, ಡರ್ಮಾಯಿಡ್ ಸಿಸ್ಟ್ ಮತ್ತು ಫಂಕ್ಷನಲ್ ಸಿಸ್ಟ್‌ಗಳು.

ಸಾಮಾನ್ಯ ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಣುವ ಈ ರೋಗಗಳು-ಅಂದರೆ ಫೈಬ್ರಾಯಿಡ್ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು ಮತ್ತು ಒವೇರಿಯನ್ ಗೆಡ್ಡೆಗಳನ್ನು ಸರಳವಾಗಿ ಪತ್ತೆಹಿಡಿದು ರೋಗವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವಾಸಿ ಮಾಡಬಹುದು.

ರೋಗ ಚಿಹ್ನೆಗಳು

ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ಅತಿಯಾದ ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವು, ದೀರ್ಘ ಕಾಲದ ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ಕೈಗೆ ಸಿಕ್ಕುವ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು, ಅತಿ ಗಾತ್ರದ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು, ಮುಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರು, ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ, ಒತ್ತಡ, ಮಲ ಬದ್ಧತೆ ಇತ್ಯಾದಿ.

ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವ ವಿಧಾನಗಳು

ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಗೆಡ್ಡೆಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಬಹುದು.

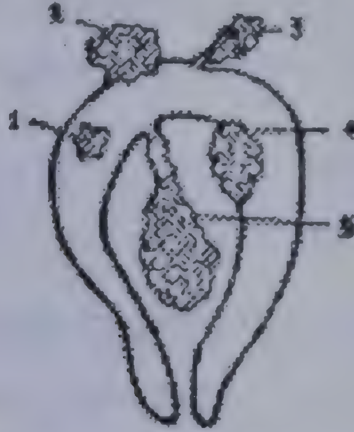
ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನ

ಈ ರೋಗಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೇ ನಿರ್ಣಾಯಕವಾದ ಕ್ರಮ.

ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಮೂಲಕ ಕೇವಲ ಗೆಡ್ಡೆಗಳನ್ನಷ್ಟೇ ತೆಗೆಯಬಹುದು. ಸಂತಾನ ಕ್ರಿಯೆ ಮುಗಿದು, ಅನೇಕ ಗೆಡ್ಡೆಗಳಿದ್ದಾಗ ಗರ್ಭಕೋಶವನ್ನೇ ತೆಗೆಯಬಹುದು.

ಉದರ ದರ್ಶಕದ ಮೂಲಕ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಈ ಶತಮಾನದ ಅತ್ಯಂತ ಹಿರಿಮೆಯ ಸಾಧನಗಳಲ್ಲಿ ಈ ರೀತಿಯ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿದೆ.



ಫೈಬ್ರಾಯಿಡ್ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು

ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ರಂಧ್ರಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಅದರ ಮೂಲಕವೇ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಕೇವಲ ೨ ದಿನಗಳಲ್ಲೇ ರೋಗಿಯನ್ನು ಮನೆಗೆ ಕಳುಹಿಸಬಹುದು.

ಗರ್ಭಕೋಶದ ಜಾರುವಿಕೆ

ಇದು ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಾದರೂ ಕಂಡುಬರುವ ಕಾಯಿಲೆ. ಅತಿ ಸಂತಾನವಿರುವವರಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಮುಟ್ಟು ನಿಲ್ಲುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಈ ಕಾಯಿಲೆ ಹೆಚ್ಚು ಶ್ರಮದ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಹಡೆದಿರುವ ತಾಯಂದಿರಲ್ಲೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಪ್ರೊಲಾಪ್ಸ್ ಯುಟೆರಸ್ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಗರ್ಭಕೋಶಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಮತ್ತು ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಇರುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಲಿಗಮೆಂಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಮಾಂಸಖಂಡಗಳು ಸಡಿಲವಾಗಿ, ನಿತ್ರಾಣವಾದಾಗ ಗರ್ಭದ ಚೀಲ ತನ್ನ ಜಾಗದಿಂದ ಸರಿದು ಹೊರಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಗರ್ಭಕೋಶವೇ ಹೊರಸರಿದು ಹಾಗೆಯೇ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ.

ರೋಗದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು

ಯೋನಿಯಿಂದ ಒಳಗೆ ಹೊರಬರುವ ಗೆಡ್ಡೆ, ಮೂತ್ರವಿಸರ್ಜನೆ ಹಾಗೂ ಮಲವಿಸರ್ಜನೆಗೆ ತೊಂದರೆ, ಗಾಯ, ಬಿಳಿಸೆರಗು, ಸೊಂಟನೋವು ಮುಂತಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಈ ರೋಗ ತಂದೊಡ್ಡುತ್ತದೆ.



Procidentia with ovarian cyst

ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕ್ರಮ

ಮಿತ ಸಂತಾನ, ವ್ಯಾಯಾಮ ಹಾಗೂ ಆರಂಭದಲ್ಲಿಯೇ ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಈ ರೋಗವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು. ಅನೇಕ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಇದನ್ನು ತೋರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾಚಿಕೆಪಟ್ಟು ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಕಾಯಿಲೆ ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ ತಪಾಸಣೆಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಕೇವಲ ಯೋನಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ಪತ್ತೆಮಾಡಬಹುದು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಗರ್ಭಕೋಶವನ್ನು ಕೆಳಗಿಂದಲೇ ತೆಗೆದುಹಾಕುವುದು ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ನಿರ್ಣಯಿಸಿರುವ ಕ್ರಮ. ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸು ಅಥವಾ ಸಂತಾನವಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ಇದನ್ನು ಒಳಕ್ಕೆ ತಳ್ಳಿ, ಅದರ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹೊಲಿಗೆ ಹಾಕುತ್ತಾರೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಂದ ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಈ ರೋಗ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗುಣವಾಗಿ, ದೈನಂದಿನ ಜೀವನವನ್ನು ಸುಲಲಿತವಾಗಿ ನಡೆಸಬಹುದು

೭. ಸ್ತನಗಳ ರೋಗಗಳು

ಸ್ತ್ರೀಯರ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾಯಿಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವ ಮತ್ತೊಂದು ರೋಗವೆಂದರೆ ಸ್ತನಗಳ ರೋಗ. ಇದನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭವಾದಾಗಿನಿಂದ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದವರೆಗೂ ಹಂತಹಂತವಾಗಿ ನೋಡಬಹುದು. ಸ್ತನಗಳ ರೋಗಗಳನ್ನು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ೩ ಗುಂಪುಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು. ಅವು ಈ ಪ್ರಕಾರದಲ್ಲಿವೆ;

- ಸ್ತನಗಳ ಸಾಧಾರಣ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು.
- ಸ್ತನಗಳ ಅರ್ಬುದ ರೋಗಗಳು.
- ಸ್ತನಗಳ ಸೋಂಕು ರೋಗಗಳು.

"ಸಂಸಾರ ಗುಟ್ಟು -ವ್ಯಾಧಿ ರಟ್ಟು"

ಸ್ತನಗಳ ಸಾಧಾರಣ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು

ಇದನ್ನು ಫೈಬ್ರೋಅಡೆನೋಮಾ / ಫೈಬ್ರೋಅಡೆನೋಸಿಸ್ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಈ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು ಮೂಡಲು ಸರಿಯಾದ ಕಾರಣ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ.

ರೋಗ ಲಕ್ಷಣ

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಣ್ಣ ಗಾತ್ರದ ಗೋಲಿ ಅಥವಾ ಗಜ್ಜುಗದಂತೆ ಸಿಗುವ ಈ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು ಮುಟ್ಟಿ ನೋಡಿಕೊಂಡಾಗ ಮಾತ್ರ ಗೋಚರವಾಗುತ್ತದೆ. ನೋವಿಲ್ಲದೇ ಇರುವ ಈ ಗೆಡ್ಡೆಗಳನ್ನು ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರು ಸಂಕೋಚದಿಂದ ಮುಚ್ಚಿಡುವ ಅಥವಾ ಉದಾಸೀನ ಮಾಡುವ ಸಂಭವ ಹೆಚ್ಚು. ಈ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು ಕಾಲ ಕ್ರಮೇಣ ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ಬೆಳೆದು ಕೈಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಿಗಬಹುದು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಸರಳವಾದ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಇದನ್ನು ಹೊರತೆಗೆದು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ಇದು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅಲ್ಲ ಎಂದು ದೃಢೀಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಯಾಪ್ಸಿ ಪರೀಕ್ಷೆಯಿಂದ ಸಾಧ್ಯ.

ಸ್ತನಗಳ ಅರ್ಬುದ ರೋಗ

ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ಗಾತ್ರದ ನೋವಿಲ್ಲದ ಗೆಡ್ಡೆಗಳಂತೆ ಕಂಡುಬಂದರೂ ಕ್ರಮೇಣ ಇದೇ ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಬೆಳೆದು ಇಡೀ ಸ್ತನವನ್ನೇ ಆಕ್ರಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದು ಸ್ತನಗಳ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅಥವಾ ಅರ್ಬುದ ರೋಗ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಈ ರೋಗ ಒಂದು ಮಾರಕ ರೋಗ ಮತ್ತು ಆಘಾತಕಾರಿ ರೋಗ.

ಅನೇಕ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವ ಈ ರೋಗದಲ್ಲಿ, ಗಟ್ಟಿಯಾದ ಎದೆಗಂಟು, ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ, ಗಾಯವಾಗಿ, ರಕ್ತ ಕೀವುಗಳಿಂದ ಕೂಡಿ ಕೊಳೆತುನಾರುವಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಮೊಲೆಯ ತೊಟ್ಟಿನಿಂದ ರಕ್ತ ಸ್ರಾವ, ನೋವು, ಕಂಕುಳಲ್ಲಿ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು, ಚಳಿಜ್ವರ, ನಿತ್ರಾಣ ಹೀಗೆ ಮೊದಲಾದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕಾಯಿಲೆಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಮೂಡುವ ವೇಳೆಗೆ ಕಾಯಿಲೆ ತುಂಬಾ ಮುಂದುವರೆದ ಹಂತಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಅಮೀನಾಬಿಗೆ ಈಗ ೪೮ ವಯಸ್ಸು. ಒಂದು ವರ್ಷದ ಮೊದಲೇ ಅವಳಿಗೆ ಎಡಸ್ತನದಲ್ಲಿ ಗಟ್ಟಿಯಾದ ಸಣ್ಣ ಗಂಟು ಕೈಗೆ ಸಿಗುತ್ತಿತ್ತು. ಏನೂ ನೋವಿಲ್ಲದ ಈ ಗಂಟಿನ ಬಗ್ಗೆ ಅವಳು ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ದಿನಕಳೆದಂತೆ ಈ ಗಂಟು ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ಬೆಳೆದು ಗಾಯವಾಗಿ ಕೀವು ರಕ್ತ ಬೆರೆತು ಸುರಿಯುವ ನೋವಿನ ಗಂಟಾಗಿ ತಡೆಯಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ವಿಧಿಯಿಲ್ಲದೇ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿಗೆ ಹೋದಾಗ ಅಲ್ಲಿ ಅವಳಿಗೆ ಆಘಾತ ಕಾದಿತ್ತು. ಇಡೀ ಸ್ತನವನ್ನೇ ಆಪರೇಷನ್ ಮೂಲಕ ತೆಗೆದು ಹಾಕಿ, ಅನಂತರದಲ್ಲಿ ರೇಡಿಯೋ ಥೆರಪಿ, ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಕೊಡಬೇಕೆಂದು ಸೂಚಿಸಿದರು.

ಇದು ಕೇವಲ ಒಬ್ಬ ಅಮೀನಾಳ ಕಥೆ ಅಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರು ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಇಂತಹ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪುತ್ತಾರೆ.

ಸ್ತನದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿಯೇ ಪತ್ತೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದಾದ ರೋಗ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ - ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಬಯಾಪ್ಸಿ

ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ - ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ -ಬಯಾಪ್ಸಿ. ಜೊತೆಗೆ ರೇಡಿಯೋಥೆರಪಿ, ಕೀಮೋಥೆರಪಿ.

ಸ್ತನಗಳ ಸೋಂಕು ರೋಗಗಳು

ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಮತ್ತೊಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯೆಂದರೆ ಸ್ತನಗಳ ಸೋಂಕು. ಇದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತಾಯಿ ಮಗುವಿಗೆ ಎದೆ ಹಾಲನ್ನು ಕೊಡುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆ. ಬೇರೆ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಈ ಸೋಂಕು ಸ್ತನಗಳಿಗೆ ತಗಲಬಹುದು.

ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ

ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಣುಜೀವಿಗಳು - ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳು.

ರೋಗ ಲಕ್ಷಣ

ಎದೆಬಾವು, ಉರಿಯೂತ, ಚಳಿಜ್ವರ, ಕೀವುಸುರಿಯುವಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿ.

ರೋಗ ಲಕ್ಷಣ ತಿಳಿಯುವುದೇ ರೋಗ ನಿಯಂತ್ರಣದ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆ

ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಶಿಶುವಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಎದೆ ಹಾಲನ್ನು ಕೊಡುವುದು, ಸ್ತನಗಳ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಶುಚಿತ್ವ, ಆರಂಭದಲ್ಲಿಯೇ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ.

- ಅತಿಯಾದ ಎದೆಬಾವಿಗೆ :

- ಆಂಟಿ ಬಯೋಟಿಕ್ಸ್
- ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಕೀವನ್ನು ತೆಗೆಯುವುದು.

೮. ಮುಟ್ಟು ನಿಂತ ಮೇಲೆ ಹಾಗೂ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಾದ ರೋಗಗಳು

ಹೆಣ್ಣಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹರೆಯ ಹೇಗೆ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ತಿರುವೋ ಹಾಗೆ ಮುಟ್ಟು ನಿಲ್ಲುವ ಸಮಯವೂ ಅಷ್ಟೇ ಕ್ಲಿಷ್ಟಕರವಾದ ಒಂದು ಘಟ್ಟ. ಮುಟ್ಟು ನಿಲ್ಲುವಾಗ, ನಿಂತಾದ ಮೇಲೆ, ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಹಾರ್ಮೋನುಗಳ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರಾದಾಗ ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಒಟ್ಟಾರೆ 'ಮೆನೋಪಾಸಲ್ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್' ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಸ್ತ್ರೀ ಹಾರ್ಮೋನುಗಳು ಕಮ್ಮಿಯಾದಾಗ ಹಲವಾರು ದೈಹಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ಲಕ್ಷಣಗಳು

ವಿಪರೀತ ಬೆವರುವಿಕೆ, ಚಳಿ, ಮೈಬಿಸಿಯಾಗುವುದು, ಎದೆಬಡಿತ, ಮಾನಸಿಕ ಅಸಮತೋಲನ, ಕೈಕಾಲು ಊದುವುದು, ಗಾಬರಿ, ಮೈಭಾರ, ತಲೆಸುತ್ತು, ಸ್ತನಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಗಿತ ಭಾರ, ಕೈಕಾಲು ನೋವುಗಳು, ಸೊಂಟನೋವು ಇತ್ಯಾದಿ. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ತಮಗೇನೋ ಬರಬಾರದಂತಹ ಕಾಯಿಲೆ ಬಂದಿದೆಯೆನ್ನಿಸಬಹುದು. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಅವರ ನಿತ್ಯಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಅಡಚಣೆ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ಥಿರತೆಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಈಸ್ಟ್ರೋಜನ್ ಹಾರ್ಮೋನ್ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುವುದು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದರಿಂದ ಮೂಳೆ ಸವೆತ ಉಂಟಾಗಿ, ಸೊಂಟನೋವು ಮತ್ತು ಕೀಲು ನೋವುಗಳು ಬರುವುದು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ

- ಸೂಕ್ತ ಸಲಹೆ ಹಾಗೂ ಸಮಾಲೋಚನೆಗಳು, ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಗತ್ಯ.
- ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಖನಿಜಗಳು ಮತ್ತು ವಿಟಮಿನ್ ಔಷಧಿಗಳ ಸೇವನೆ ಅಗತ್ಯ.
- ಹಾರ್ಮೋನ್‌ಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗ 'ಹಾರ್ಮೋನ್ ರೀಪ್ಲೇಸ್‌ಮೆಂಟ್ ಥೆರಪಿ' (ಎಚ್.ಆರ್.ಟಿ.) ಕೊಡಬೇಕಾಗಬಹುದು.

- ಮಾನಸಿಕ ಸಾಂತ್ವನ, ಸಮಾಧಾನ ಮತ್ತು ಸಮಾಲೋಚನೆ ಇವು ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯವಾದಂತಹ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಾಗಿದೆ.
- ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಹಾಗೂ ಸುಧಾರಣೆಗಳು ಕೂಡ ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಣೆಗೆ ಪೂರಕವಾಗಿವೆ.

ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು

ಸ್ತ್ರೀ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

- ದೇಶದ ಸರ್ವತೋಮುಖ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ, ಸ್ತ್ರೀ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಣೆ ಮಹತ್ತ್ವ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತದೆ.
- ಪುರುಷ ಪ್ರಾಧಾನ್ಯತೆಯುಳ್ಳ ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಮಹಿಳೆ ತನ್ನ ಜೀವಿತದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.
- ಸ್ತ್ರೀ ಶಿಕ್ಷಣ, ಸ್ತ್ರೀ ಸಬಲೀಕರಣ, ಸ್ತ್ರೀ ಶಕ್ತಿ, ಸ್ತ್ರೀ ಸಮಾನತೆ, ಸ್ತ್ರೀ ಸ್ಥಾನಮಾನಗಳು - ಇವು ಸ್ತ್ರೀಯರ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ತ್ವಪೂರ್ಣ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತದೆ.

- ಪುರುಷ ಪ್ರಾಧಾನ್ಯತೆ, ಲಿಂಗಭೇದ, ತಾತ್ಸಾರ, ಸ್ತ್ರೀಯ ಕೆಳ ಸ್ಥಾನಮಾನಗಳು, ಸ್ತ್ರೀ ಅತ್ಯಾಚಾರ, ಅನ್ಯಾಯ, ಶೋಷಣೆ ಇವೇ ಮುಂತಾದ ಅನೇಕ ಸ್ತ್ರೀಯರ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಹರಿಸಿ, ಸ್ತ್ರೀ ಸಂಪನ್ಮೂಲವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆ ದೇಶದ ಎಲ್ಲ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ನಾಗರಿಕರದ್ದಾಗಿದೆ.

"ಸ್ತ್ರೀ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ -ದೇಶದ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಪೋಷಣೆ"

೧೯೩೩ ರಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾದ ಅಧ್ಯಾಪಕರ ಸಂಘವು ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಆಶ್ರಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿತು. ಈ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು ಪುಟ್ಟ ಪುಸ್ತಕಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಿ ಜನಪ್ರಿಯವಾದುವು. ಈ ಪ್ರಯೋಗದ ಖ್ಯಾತಿ ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿನವರೆಗೂ ಹಬ್ಬಿತು.

ಪ್ರಸಾರಾಂಗವು ಜ್ಞಾನಸಾಧನೆಗೆ, ಜ್ಞಾನ ಪ್ರಸಾರಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ಸಕಲ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸಗಳ ಮೂಲಕ, ಪ್ರಚಾರ ಪುಸ್ತಕಮಾಲೆಯ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳ ಮೂಲಕ, ಇತರ ಉದ್ಗ್ರಂಥಗಳ ಪ್ರಕಟಣೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಮೂಲಕ, ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತ ನಾಡಿನ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಜ್ಞಾನಪ್ರಸಾರ ಕೇಂದ್ರವಾಗಲೆಂದು ಹಾರೈಸುತ್ತೇನೆ.

(ನೂರನೆಯ ಪ್ರಚಾರ ಪುಸ್ತಕವಾದ "ಪ್ರಸಾರಾಂಗ" ಮುನ್ನುಡಿಯಿಂದ)

– ರಾಷ್ಟ್ರಕವಿ ಕುವೆಂಪು